

Приложение 2.13
к программе подготовки специалистов среднего
звена по специальности
34.02.01 Сестринское дело

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ПЕРВЫЙ АКАДЕМИЧЕСКИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.07 Гигиена и экология человека

индекс наименование учебной дисциплины

по специальности 34.02.01 Сестринское дело

код

наименование

наименование цикла: Общепрофессиональный цикл
(согласно учебному плану)

Максимальная учебная нагрузка обучающихся	48 часов
Самостоятельная работа	- часов
Обязательная учебная нагрузка (всего)	48 часов

Промежуточная аттестация зачет

Жуковский, 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.07 Гигиена и экология человека, разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности среднего профессионального образования (далее СПО) 34.02.01 Сестринское дело.

Организация разработчик: Автономная некоммерческая организация профессиональная образовательная организация «Первый академический профессиональный колледж» (АНО ПОО ПАПК)

Разработчики: Феоктистова Н.А. – преподаватель анатомии и физиологии человека, сестринскому уходу и реабилитации пациентов терапевтического профиля разных возрастных групп, гигиена и экология человека.

«Рассмотрено» на заседании ПЦК Естественно - научных дисциплин АНО ПОО ПАПК «24» февраля 2025 г. протокол № 7

Председатель ПЦК _____ / Остроухова Ю.В./

«Согласовано»

Методист _____ / Филатова Л.С. /

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	4
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	5
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	14
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО МОДУЛЯ	15

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРИМЕРНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.05 «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 03, ОК 07, ПК 1.2, ПК 1.3, ПК 2.2, ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.4, ПК 3.5.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ¹ ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
<p>ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07</p> <p>ПК 1.2, ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1, ПК 3.2, ПК 3.4, ПК 3.5.</p> <p>ЛР 7, ЛР 9</p>	<p>- владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план;</p> <p>- определять необходимые источники информации;</p> <p>- применять современную научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования;</p> <p>- соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности, осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона.</p>	<p>- актуального профессионального и социального контекста, в котором приходится работать и жить;</p> <p>- номенклатуры информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности;</p> <p>- современной научной и профессиональной терминологию;</p> <p>- правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения; принципы бережливого производства; основные направления изменения климатических условий региона.</p>

¹ Можно привести коды личностных результатов реализации программы воспитания с учетом особенностей профессии/специальности в соответствии с Приложением 3 ПОП.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Учебный план учебной дисциплины

Вид учебной деятельности	Объем часов
Учебная нагрузка (всего)	48
Обязательная аудиторная учебная нагрузка:	48
Лекции	36
Практические занятия	12
Самостоятельная работа обучающегося не предусмотрена	-
Итоговая аттестация в форме зачета	

Учебно-тематический план учебной дисциплины «Гигиена и экология человека»

Лекции

Тема	Содержание	Объем часов	Форма контроля	Образ-ый результат (ОК и ПК)
1. Введение в предмет гигиены	Предмет, цели и задачи, структура, разделы. Связь с другими дисциплинами. Роль гигиены в системе наук, изучающих природную среду. Законы гигиены. История возникновения гигиены как науки. Методы гигиенических исследований. Основные положения гигиены.	2	тестирование	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3,5., ЛР 7, ЛР 9
2. Введение в предмет экологии человека	Предмет, цели, задачи, разделы экологии. Современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы. Основные причины глобальных экологических проблем. Влияние природных и антропогенных экологических факторов на здоровье населения.	2	тестирование	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3,5., ЛР 7, ЛР 9
3. Экологические и гигиенические проблемы воздушной среды	Физические свойства воздуха - температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации. 2.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. 3.Принципы защиты воздушной среды. Мероприятия по профилактике	2	тестирование,	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3,5.,

	загрязнений атмосферного воздуха. Роль зеленых насаждений. Значение благоустройства. Понятие о ПДК.			ЛР 7, ЛР 9
4. Экологические и гигиенические проблемы водной среды	<p>Содержание учебного материала</p> <p>1. Физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды.</p> <p>2. Органолептические свойства воды. Химический состав. Заболевания, обусловленные необычным минеральным составом природных вод. Влияние загрязнения воды на здоровье человека. Инфекционные заболевания, гельминтозы, передаваемые водным путем. Условия и сроки выживания патогенных микроорганизмов в воде. Особенности водных эпидемий.</p> <p>3. Виды источников водоснабжения и их санитарно – гигиеническая характеристика. Причины загрязнения. Охрана источников водоснабжения. Гигиеническая характеристика систем хозяйственно – питьевого водоснабжения. Гигиенические требования к качеству питьевой воды. Методы улучшения качества питьевой воды.</p>	2	тестирование,	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07</p> <p>ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5.,</p> <p>ЛР 7, ЛР 9</p>
5. Гигиеническое и экологическое значение почвы	<p>Гигиеническое значение состава и свойств почвы. Почвенный воздух, пористость, капиллярность. Химический состав почвы. Значение примесей антропогенного характера. Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы.</p> <p>2. 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	тестирование,	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07</p> <p>ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5.,</p> <p>ЛР 7, ЛР 9</p>
6. Гигиена и экология жилищ и общественных зданий	<p>Урбанизация и экология человека. Городской шум и профилактика его вредного воздействия. Гигиенические принципы планировки и застройки населенных мест. Гигиеническое значение озеленения.</p> <p>2. Совокупное воздействие жилищных условий (физические, химические, биологические факторы) и степени их благоустройства на здоровье человека. Экологическая характеристика современных строительных и отделочных материалов, бытовой техники. Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению,</p>	2	тестирование,	<p>ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07</p> <p>ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5.,</p>

	вентиляции помещений различных назначений: жилых помещений, помещений учреждений здравоохранения. Нормирование.			ЛР 7, ЛР 9
7. Гигиена и экология ЛПУ	Гигиенические и экологические проблемы ЛПУ. Требования к размещению ЛПУ в населенном пункте. Требования к территории ЛПУ и к помещениям. Палатная секция и палатное отделение. Требования к палате. Особенности планировки инфекционной больницы.	2	тестирование,	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5., ЛР 7, ЛР 9
8. Гигиенические основы физиологии и биохимии питания.	Обмен веществ и энергии в организме. Энергетический баланс. Белки: их значение для жизни, роста и развития организма. Состав белков. Заменяемые и незаменимые аминокислоты. Основные источники белков в питании. Жиры: их значение в питании. Полиненасыщенные жирные кислоты, их значение, источники. Углеводы: их значение в питании. Гигиеническая характеристика и источники отдельных видов углеводов. 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. Витамины, их классификация. Значение витаминов и их основные источники. Профилактика гиповитаминозов. Витаминизация продуктов и готовой пищи.	2	тестирование,	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5., ЛР 7, ЛР 9
9. Понятия рациональное и сбалансированное питание	Понятия рационального и сбалансированного питания. Основные принципы рационального питания. 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 приемам пищи. Условия для приема пищи: интерьер столовой комнаты, сервировка стола, комфортность, Рекомендуемые величины	2	тестирование	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5.,

	физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения.			ЛР 7, ЛР 9
10. Заболевания связанные с питанием	Пищевой статус как показатель здоровья: обычный, оптимальный, избыточный и недостаточный. Заболевания, обусловленные недостаточным питанием: белково-энергетическая недостаточность (Квашиоркор, кахексия-алиментарный маразм). Гипо- и авитаминозы их причины и профилактика. Болезни, обусловленные нарушениями поступления микроэлементов. Заболевания, связанные с характером питания: болезни избыточного питания.	2	тестирование	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5., ЛР 7, ЛР 9
11. Лечебное и профилактическое питание	Лечебные диеты их характеристика в зависимости от заболеваний старой цифровой классификации и в новой редакции по приказу №330	2	тестирование	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5., ЛР 7, ЛР 9
12. Пищевые отравления и их профилактика	Пищевые инфекции. Пищевые отравления микробной природы: интоксикации и токсикоинфекции. Пищевые микотоксикозы. Пищевые отравления немикробной природы. Основные принципы профилактики пищевых отравлений.	2	тестирование	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5., ЛР 7, ЛР 9
13. Гигиена и экология труда	Трудовая деятельность и физиологические функции организма. Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика. Классификация, краткая	2	тестирование	ОК 01, ОК 02, ОК 03,

	характеристика вредных производственных факторов. Основные направления профилактических оздоровительных мероприятий. Профилактика производственного травматизма.			ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3,5., ЛР 7, ЛР 9
14. Гигиена и экология труда медработников ЛПУ	Особенности и вредные производственные факторы труда медработников ЛПУ. Опасные вредные факторы, сопутствующие эксплуатации лазеров. Меры защиты. Радиационная безопасность медицинского персонала.	2	тестирование,	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3,5., ЛР 7, ЛР 9
15. Гигиенические и экологические проблемы воспитания детей	Санитарно-эпидемиологическое благополучие образовательных учреждений. Критерии оценки уровня санитарно-гигиенического благополучия. Требования к образовательным учреждениям и образовательному процессу.	2	тестирование	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3,5., ЛР 7, ЛР 9
16. Оздоровительные мероприятия среди детей	Обеспечение оптимальной двигательной активности в образовательных учреждениях. Комплексные реабилитационные программы. Оздоровительные и корригирующие мероприятия для здоровых детей и для детей с отклонениями в состоянии здоровья. Оценка эффективности оздоровления.	2	тестирование	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК

				3.2., ПК 3.4., ПК 3,5., ЛР 7, ЛР 9
17. ЗОЖ и факторы риска	Гигиенические принципы организации ЗОЖ. ЗОЖ и его составляющие. Факторы риска здоровью. Влияние образа жизни на здоровье человека.	2	тестирование	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3,5., ЛР 7, ЛР 9
18. Гигиеническое воспитание населения	Цели и задачи, основные принципы, методы, средства и формы гигиенического воспитания и санитарного просвещения населения. Особенности методов и средств гигиенического воспитания для различных групп населения.	2	тестирование	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3,5., ЛР 7, ЛР 9
ВСЕГО		36		

Практические занятия

Тема	Содержание	Объем часов	Форма контроля	Образ-ый результат (ОК и ПК)
1. Гигиена и экология окружающей среды	Семинар по гигиене и экологии окружающей среды	2	Тестирование, защита презентации по глобальным экологическим проблемам	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК

				1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5., ЛР 7, ЛР 9
2. Гигиена и экология жилищ	Семинар по гигиене и экологии жилищ	2	Тестирование, защита презентации по требованию к баням, парикмахерским и прачечным	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5., ЛР 7, ЛР 9
3. Гигиена и экология питания	Семинар по гигиене и экологии питания	2	Тестирование, защита презентации по характеристике пищевых продуктов	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5., ЛР 7, ЛР 9
4. Гигиена и экология ЛПУ	Семинар по теме гигиена и экология ЛПУ	2	Тестирование, защита презентации: требования к палатам, к освещению в палатах, особенности планировки инфекционной больницы. Проблема отходов ЛПУ	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3.5.,

				ЛР 7, ЛР 9
5. Гигиена труда медработников	Семинар по теме гигиена и экология труда медработников	2	Тестирование, защита презентации по вредным производственным факторам в ЛПУ	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3,5., ЛР 7, ЛР 9
6. Гигиеническое воспитание населения	Семинар по теме гигиеническое воспитание и санитарное просвещение населения	1	Тестирование, защита самостоятельно подготовленных буклетов, плакатов, санитарных бюллетеней	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 07 ПК 1.2., ПК 1.3., ПК 2.2., ПК 3.1., ПК 3.2., ПК 3.4., ПК 3,5., ЛР 7, ЛР 9
7.	Итоговое занятие	1	Зачет	
ВСЕГО		12		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к материально-техническому обеспечению

Ученические парты – 12 шт.

Ученические стулья – 24 шт.

Стол преподавателя – 1 шт.

Стул преподавателя – 1 шт.

Доска – 1 шт.

Проектор – 1 шт.

Экран для проектора – 1 шт.

Ноутбук преподавателя – 1 шт. с лицензионным программным обеспечением: Windows10, Microsoft Office 2019 (Word, Excel, PowerPoint), колонки volume – 1 шт.
Наглядные пособия (стенды)

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Гигиена и экология человека: учебник / Н. А. Матвеева, М. В. Ашина, Т. В. Бадеева [и др.]; под ред. Н. А. Матвеевой. — Москва: КноРус, 2023. — 332 с. — ISBN 978-5-406-11163-5. — URL: <https://book.ru/book/947681> (дата обращения: 14.02.2025). — Текст: электронный.
2. Сычугов, Ю. Н., Гигиена и экология человека (с практикумом): учебник / Ю. Н. Сычугов. — Москва: КноРус, 2023. — 203 с. — ISBN 978-5-406-11211-3. — URL: <https://book.ru/book/948578> (дата обращения: 14.02.2025). — Текст: электронный.

Интернет-ресурсы:

1. Общие вопросы здоровья, жизнедеятельности, режим доступа - http://umka.nrpk8.ru/library/courses/bgd/tema1_1.dbk
2. Методические пособия, статьи для обучения в сферах здоровья, ЗОЖ, педагогики, методики преподавания для ДОУ, школ, вузов, режим доступа - http://www.edu-all.ru/pages/links/all_links.asp?page=1&razdel=9
3. Юридическая Россия, режим доступа - <http://www.law.edu.ru/book/book.asp?bookID=1212788>
4. Правовые основы, режим доступа - <http://revolution.allbest.ru/war/00166144.html>
5. ЭБС «Консультант студента», режим доступа: <http://medcollegelib.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения ²	Критерии оценки	Методы оценки
<p>знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - актуального профессионального и социальный контекста, в котором приходится работать и жить; - номенклатуры информационных источников, применяемых в профессиональной деятельности; - современной научной и профессиональной терминологию; - правила экологической безопасности при ведении профессиональной деятельности; основные ресурсы, задействованные в профессиональной деятельности; пути обеспечения ресурсосбережения; принципы бережливого производства; основные направления изменения климатических условий региона. 	<ul style="list-style-type: none"> – правильность и качество составления планов гигиенического воспитания населения (первичная профилактика); – правильность и качество составления планов санитарно-гигиенического воспитания населения (первичная, вторичная и третичная профилактика). – правильность и качество составления планов по гигиеническому обучению населения и занятий в школах здоровья; – правильность и качество составления рекомендаций пациенту и его окружению по вопросам иммунопрофилактики; – точность и грамотность составления планов проведения иммунопрофилактики; – правильность и качество составления рекомендаций по вопросам рационального питания; – точность и грамотность составления планов проведения санитарно-гигиенических и противоэпидемических мероприятий. – предприятия для организации профилактических мероприятий; 	<p>Тестирование, Защита презентаций, докладов, буклетов, санбюллетеней. Индивидуальный и групповой опрос, решение ситуационных задач, зачет</p>
<p>умения</p> <ul style="list-style-type: none"> - владеть актуальными методами работы в профессиональной и смежных сферах; реализовывать составленный план; - определять необходимые источники информации; - применять современную 	<ul style="list-style-type: none"> – умение и доступность составленных бесед с пациентами; – правильность и качество составления рекомендаций пациенту и его окружению по вопросам иммунопрофилактики; – точность и грамотность составления планов проведения 	<p>Экспертная оценка выполнения практических заданий</p>

²В ходе оценивания могут быть учтены личностные результаты

<p>научную профессиональную терминологию; определять и выстраивать траектории профессионального развития и самообразования;</p> <p>- соблюдать нормы экологической безопасности; определять направления ресурсосбережения в рамках профессиональной деятельности по специальности, осуществлять работу с соблюдением принципов бережливого производства; организовывать профессиональную деятельность с учетом знаний об изменении климатических условий региона.</p>	<p>санитарно-гигиенических и противоэпидемических мероприятий.</p> <p>– умение организовать профилактические мероприятия на базе других организаций и предприятий.</p>	
---	--	--