

**Областное государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Усть-Ордынский медицинский колледж им. Шобогорова М.Ш.»
(ОГБПОУ «УМК им. Шобогорова М.Ш.»)**

«Утверждаю»
Директор ОГБПОУ
«УМК им. Шобогорова М.Ш.»
Хичибеева А.И.
«07» сентября 2022 г.



**Рабочая программа дисциплины
ОП 06 Гигиена и экология человека
для специальности 31.02.01 Лечебное дело
углубленной подготовки**

«РАССМОТРЕНА И ОДОБРЕНА»
Цикловой комиссией ОГСЭ, ЕН и ОП
Дисциплин
Протокол №/от
« 01 » сентября 2022 г.

Председатель Урмаева В.Г.
Урмаева

УТВЕРЖДАЮ
Составлена в соответствии с
федеральным государственным
образовательным стандартом
специальность 31.02.01 Лечебное
дело
Заместитель директора по УВР
Аюшиева Аюшиева Л.В.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе
федерального государственного образовательного стандарта
специальность 31.02.01. Лечебное

Разработчик: Баинов А.С., преподаватель высшей
квалификационной категории дисциплины ОП.06 Гигиена и
экология человека, ОГБПОУ «УМК им. Шобогорова М.Ш.»

Рецензенты:

1. _____

2. _____

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	19
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	20

ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ Гигиена и экология человека

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы областного государственного бюджетного образовательного учреждения «Усть-Ордынский медицинский колледж им. Шобогорова М.Ш.» в соответствии с ФГОС специальности **31.02.01. Лечебное дело**

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Дисциплина «Гигиена и экология человека» входит в состав профессионального учебного цикла (П.00) общепрофессиональных дисциплин (ОП.00).

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

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 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 владеть компетенциями:**
- **- общими:**
- 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 эффективность 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 возложенных на него профессиональных задач, а также для своего 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 ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение своей квалификации.
- ОК 9. Ориентироваться в условиях частой 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, 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.
- **- профессиональными:**
- ПК 1.1. Планировать обследование пациентов различных возрастных групп.

- личностными результатами (ЛР), которые актуализируются при изучении учебной дисциплины:

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны	ЛР 1
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций	ЛР 2
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих	ЛР 3
Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионально конструктивного «цифрового следа»	ЛР 4
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России	ЛР 5
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях	ЛР 6
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.	ЛР 7
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции Культурных традиций и ценностей многонационального российского государства	ЛР 8
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях	ЛР 9
Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе и цифровой	ЛР 10
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры	ЛР 11

Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания	ЛР 12
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные отраслевыми требованиями к деловым качествам личности	
Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности	ЛР 13
Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности	ЛР 14
Соблюдающий врачебную тайну, принципы медицинской этики в работе с пациентами, их законными представителями и коллегами	ЛР 15
Соблюдающий программы государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи, нормативные правовые акты в сфере охраны здоровья граждан, регулирующие медицинскую деятельность	ЛР 16
Соблюдающий нормы медицинской этики, морали, права и профессионального общения	ЛР 17
Личностные результаты реализации программы воспитания, определенные субъектами образовательного процесса	
Непрерывно совершенствующий профессиональные навыки через участие в конкурсах, олимпиадах, научно-практических конференциях и др мероприятиях различных уровней	ЛР 18
Уважающий и укрепляющий традиции ОГБПОУ «Усть-Ордынский медицинский колледж им.Шобогорова М.Ш.»	ЛР 19

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Количество часов на освоение программы дисциплины

максимальной учебной нагрузки обучающегося _ 93 __ часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося _ 62 часа;

самостоятельной работы обучающегося _ 31 _____ час.

Промежуточная аттестация в виде дифференцированного зачёта (тестирование + практическая часть)

Тематический план

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа	Объём часов	Формируемые ОК, ПК, ЛР
Раздел 1 Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии.		3	ОК 1,2, 4-13 ПК 1.1 ЛР 1-19
Тема 1.1 Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии.	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <p>1.Предмет гигиены и экологии человека. 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. Методы гигиенических исследований, гигиеническое нормирование. Профилактика, виды профилактики.</p> <p>2.Краткая история возникновения гигиены, экологии и экологии человека.</p> <p>3.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.</p>	2	

	- экологические проблемы водоснабжения в Российской Федерации и Иркутской области		
Тема 2.3 Физические и химические свойства почвы, гигиеническое и экологическое значение	<i>Содержание учебного материала</i> Гигиеническое значение состава и свойств почвы. Почвенный воздух, пористость, капиллярность. Химический состав почвы. 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).	2	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i> <ul style="list-style-type: none"> • работа с учебной, методической, справочной литературой; • решение ситуационных задач; • работа в библиотеке с учебно-методической литературой и доступной базой данных; 	5	
	Практическое занятие №1 Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении.	4	
	Практическое занятие №2 Определение органолептических свойств воды. Гигиеническая оценка	4	

	качества питьевой воды на основании нормативных документов.		
Раздел 3 Изучение городской среды (урбоэкология)		9	ОК 1,2, 4-13 ПК 1.1 ЛР 1-19
Тема 3.1 Гигиенические требования к жилым помещениям	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <p>Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению, вентиляции жилых помещений. Нормирование.</p> <p><i>Самостоятельная работа обучающихся:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • работа с учебной, методической, справочной литературой; • решение ситуационных задач; • работа в библиотеке с учебно-методической литературой и доступной базой данных <p>Практическое занятие №3</p> <p>Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения в учебном классе. Санитарно-гигиеническое обследование жилища.</p>	2 3 4	
Раздел 4 Гигиена питания		12	ОК 1,2, 4-13 ПК 1.1 ЛР 1-19

Тема 4.1 Гигиенические основы рационального питания.	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <p>1.Обмен веществ и энергии в организме. Энергетический баланс.</p> <p>2.Белки: их значение для жизни, роста и развития организма.</p> <p>Состав белков. Заменяемые и незаменимые аминокислоты. Основные источники белков в питании.</p> <p>3.Жиры: их значение в питании. Полиненасыщенные жирные кислоты, их значение, источники.</p> <p>4.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>5.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>6.Витамины, их классификация. Значение витаминов и их основные источники. Профилактика гиповитаминозов. Витаминизация продуктов и готовой пищи.</p> <p>7.Рекомендуемые величины физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения.</p>	2	
	<p>Практическое занятие №4</p> <p>Оценка рациона питания взрослого населения</p>	4	
	<p><i>Самостоятельная работа обучающихся:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • работа с учебной, методической, справочной литературой; 	3	

	<ul style="list-style-type: none"> • решение ситуационных задач; • работа в библиотеке с учебно-методической литературой и доступной базой данных 		
Тема 4.2 Требования к предприятиям общепита	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <p>Гигиенические требования к предприятиям общепита и пищеблокам ЛПУ. Принцип поточности технологического процесса. Требования к производственным цехам, режиму уборки, уборочному инвентарю, кухонной посуде, личной гигиене персонала. Медицинские осмотры персонала.</p> <p><i>Самостоятельная работа обучающихся:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • работа с учебной, методической, справочной литературой; работа в библиотеке с учебно-методической литературой и доступной базой данных 	2 1	
Раздел 5 Гигиена труда		12	ОК 1,2, 4-13 ПК 1.1 ЛР 1-19
Тема 5.1 Гигиена и физиология труда. Классификация вредных	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <p>1.Трудовая деятельность и физиологические функции организма. Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика.</p> <p>2.Классификация, краткая характеристика вредных</p>	2	

<p>производственных факторов. Понятия «профессиональные вредности» и «профессиональные заболевания».</p>	<p>производственных факторов: физических, химических, биологических, нервно – психических, механических - факторов, обуславливающих динамическую и статическую нагрузку на опорно – двигательный аппарат.</p> <p>3.Общие понятия о профессиональных болезнях – заболеваниях, возникающих в результате воздействия на организм вредных производственных факторов. Основные направления профилактических оздоровительных мероприятий (законодательные, организационные, технологические, санитарно – технические, лечебно – профилактические).</p> <p>4.Производственный травматизм и меры борьбы с ним</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> • работа с учебной, методической, справочной литературой; • решение ситуационных задач; • работа в библиотеке с учебно-методической литературой и доступной базой данных 	1	
<p>Тема 5.2 Профессиональные вредности в системе здравоохранения</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Гигиена труда медицинского персонала в учреждениях здравоохранения. Профессиональные вредности в системе здравоохранения. Основные направления профилактики.</p> <p>Самостоятельная работа обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> • работа с учебной, методической, справочной литературой • работа в библиотеке с учебно-методической литературой и доступной базой данных <p>Практическое занятие №5</p>	<p>2</p> <p>3</p> <p>4</p>	

	Отходы ЛПУ		
Раздел 6 Гигиенические требования к ЛПУ		3	ОК 1,2, 4-13 ПК 1.1 ЛР 1-19
Тема 6.1 Комплексная гигиеническая оценка санитарного режима ЛПУ	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <p>Гигиенические требования к санитарно-эпидемиологическому режиму в ЛПУ. СанПиН 2.1.3.2630-10</p> <p><i>Самостоятельная работа обучающихся:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • работа с учебной, методической, справочной литературой • работа в библиотеке с учебно-методической литературой и доступной базой данных 	2 1	
Раздел 7 Гигиена детей и подростков		18	ОК 1,2, 4-13 ПК 1.1 ЛР 1-19
Тема 7.1 Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <p>1.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>2.Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп. Основные гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса. Гигиена физического воспитания детей и подростков.</p>	2	

	<p><i>Самостоятельная работа обучающихся:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • работа с учебной, методической, справочной литературой; • решение ситуационных задач; • работа в библиотеке с учебно-методической литературой и доступной базой данных 	1	
<p>Тема 7.2 Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских и подростковых учреждений</p>	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <p>1.Планировка детских и подростковых учреждений. Требования к участкам, зданиям общеобразовательных школ, дошкольных образовательных учреждений.</p> <p>2.Гигиенические требования к оборудованию детских и подростковых учреждений, предметам детского обихода. Мебель дошкольных образовательных учреждений. Школьная мебель. Гигиенические требования к учебным пособиям, детским игрушкам.</p> <p>3.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> <p>Практическое занятие №6 Гигиеническая оценка школьной мебели, условий освещённости и микроклимата в учебных помещениях.</p> <p>Практическое занятие №7 Гигиеническая оценка режима дня в детском дошкольном учреждении и расписания уроков в школе</p> <p><i>Самостоятельная работа обучающихся:</i></p>	<p>2</p> <p>4</p> <p>4</p> <p>5</p>	

	доступной базой данных		
Тема 8.2 Методы, формы и средства гигиенического воспитания	<i>Содержание учебного материала</i> 1. Цели, задачи, основные принципы гигиенического обучения и воспитания населения. 2. Методы гигиенического обучения и воспитания населения: устный, печатный, изобразительный (наглядный), комбинированный. Особенности методов. 3. 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. 4. Формы гигиенического воспитания: индивидуальные, групповые, массовые.	2	
	Практическое занятие №8 Выступление перед аудиторией с агитационно-информационным сообщением по вопросам формирования здорового образа жизни.	4	
	<i>Самостоятельная работа обучающихся:</i> <ul style="list-style-type: none"> • работа с учебной, методической, справочной литературой • работа в библиотеке с учебно-методической литературой и доступной базой данных • подготовка реферативных сообщений или презентаций: - средства массовой информации: радио, телевидение, кино, печать. Особенности средств массовой информации: оперативность, широта охвата, отсутствие непосредственного контакта между коммуникатором и реципиентом;	3	

	- взаимодействие учреждений здравоохранения, центров медицинской профилактики, общественных организаций в пропаганде здорового образа жизни.		
	Всего	93	

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Оборудование учебного кабинета:

- столы, стулья для преподавателя и студентов;
- шкафы для хранения приборов, наглядных пособий, учебно – методической документации;
- доска классная;
- приборы: термометры, гигрометр, анемометр, барометр, спиртовки, лабораторная посуда, люксметр

Технические средства обучения:

- компьютер;
- мультимедийный проектор

Учебно-наглядные пособия

1. Комплект таблиц по темам:
 - «Водоснабжение населенных мест»
 - «Санитарная охрана воздуха»
 - «Гигиена детей и подростков»
2. Контролирующая компьютерная программа (тестовые задания)

Аппаратура, приборы

1. Термометры 3
2. Барометр 1
3. Электронный влажномер-термометр 1
4. Электронный люксметр 1
5. Анемометр AR 816 - 2

Посуда, реактивы

1. Стекланные флаконы емкостью 0,5-1 л 2
2. Пипетки 2
3. Спирт 200
4. Крахмал 50 г
5. Лоток 2

6. Спички	2
7. Спиртовка	1
8. Штатив	1
9. Пробирки	10

Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Архангельский В.И., Кириллов В.Р.
Гигиена и экология человека, Москва, ГЭОТАР-Медиа, 2013

Дополнительные источники:

1. Электронная библиотека студента (консультант студента)

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Знания:	
Гигиена окружающей среды	Тестирование Решение кроссвордов Составление глоссария Заполнение таблиц Устный опрос Решение ситуационных задач
Изучение городской среды (урбоэкология)	Тестирование Решение кроссвордов Составление глоссария Заполнение таблиц Устный опрос Решение ситуационных задач

Гигиена питания	Тестирование Решение кроссвордов Составление глоссария Заполнение таблиц Устный опрос Решение ситуационных задач
Гигиена труда	Составление глоссария Заполнение таблиц Устный опрос Решение ситуационных задач Защита рефератов, докладов Составление электронных презентаций
Гигиена детей и подростков	Тестирование Решение кроссвордов Составление глоссария Заполнение таблиц Решение ситуационных задач Устный опрос Составление электронных презентаций
Здоровый образ жизни и личная гигиена.	Тестирование Решение кроссвордов Составление глоссария Решение ситуационных задач Устный опрос
Умения:	
Использовать полученные знания для проведения профилактических мероприятий на этапах где это представляется возможным.	Тестирование Решение кроссвордов Составление глоссария Решение ситуационных задач Устный опрос Защита рефератов, докладов, проектов