

**ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ «ПРИЗВАНИЕ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**дисциплины**

**ОП.05 ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА**

**специальности 34.02.01**

**СЕСТРИНСКОЕ ДЕЛО**

**Квалификация - Медицинская сестра / Медицинский брат**

**Нальчик, 2020**

**ОДОБРЕНО**

цикловой методической комиссией  
математического, общего,  
естественнонаучного циклов и  
обще профессиональных  
дисциплин  
Протокол №1  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2020г.  
Председатель ЦМК  
\_\_\_\_\_ З.Х. Башиева

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Зам.директора по  
учебно-методической работе  
\_\_\_\_\_ Ахаминова Л.М.  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта среднего  
профессионального образования по специальности *34.02.01 Сестринское  
дело*.

Организация-разработчик: ЧПОУ МедКолледж «Призвание».

Разработчик:  
Башиева Зайнаф Хакимовна – преподаватель высшей  
квалификационной категории ЧПОУ МедКолледж «Призвание».

## **СОДЕРЖАНИЕ**

<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>стр. 4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>5</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>21</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>23</b>

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 34.02.01 *Сестринское дело*.

**1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:** учебная дисциплина «Гигиена и экология человека» относится к дисциплинам общепрофессионального цикла.

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

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 **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.

*ПК и ОК, которые актуализируются при изучении учебной дисциплины:*

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

ПК 1.2. Проводить санитарно-гигиеническое воспитание 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.

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней значимый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их выполнение и значимость.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за их ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личного 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 на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определяют задачи профессионального и личного развития, заниматься личным самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях 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 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.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальной учебной нагрузки обучающегося **84** часа, в том числе:

аудиторной учебной работы обучающегося (обязательных учебных занятий) **56** часов;

внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы обучающегося **28** часов.

## 2. СТРУКТУРА СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка</b>	<b>84</b>
<b>Аудиторная учебная работа (обязательные учебные занятия) (всего)</b>	<b>56</b>
в том числе:	
теоретические занятия	<b>34</b>
практические занятия	<b>22</b>
<b>Внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа обучающегося (всего)</b>	<b>28</b>
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	

**2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины  
«Гигиена и экология человека»**

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, внеаудиторная (самостоятельная) учебная работа обучающегося	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<p align="center"><b>Раздел 1. Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии</b></p>			
<p align="center"><b>Тема 1.1. Гигиена как отрасль профилактической медицины</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> 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. 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).</p> <p><b>Теоретическое занятие 1</b> Гигиена как отрасль профилактической медицины.</p> <p><b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Краткая история возникновения гигиены, экологии и экологии человека. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотрбнадзор), ее структура, виды деятельности, задачи, функции. Влияние природных и антропогенных экологических факторов на здоровье населения. Гигиеническое значение климата и погоды.</p>	<p align="center">3</p> <p align="center">2</p> <p align="center">1</p>	<p align="center">1</p>
<p align="center"><b>Тема 1.2. Основы общей экологии</b></p>	<p><b>Содержание учебного материала</b> Понятия «экология», «медицинская экология», «экологическая безопасность». Здоровье населения как интегральный критерий качества среды обитания. Обеспечение экологической безопасности населения. Гигиеническое нормирование факторов окружающей среды. Антропогенное загрязнение окружающей среды. Глобальные экологические проблемы, пути их решения. Экологопатогенетические изменения в здоровье населения. Экологически обусловленные нарушения в здоровье детей. Мутагенные и канцерогенные вещества. Природные геохимические аномалии как причина нарушений в здоровье населения.</p>	<p align="center">3</p>	<p align="center">2</p>

	<b>Теоретическое занятие 2</b>	2	
	Основы общей экологии.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1	
	Значение минеральных элементов для здоровья человека. Мероприятия по предупреждению избыточного или недостаточного поступления микроэлементов в организм. Профилактика йоддефицитных состояний. Гигиеническое нормирование факторов окружающей среды. Мероприятия по предупреждению избыточного или недостаточного поступления микроэлементов в организм. Профилактика йоддефицитных состояний. Профилактика селендефицитных нарушений.		
<b>Раздел 2. Гигиена окружающей среды.</b>			
<b>Тема 2.1. Атмосферный воздух его физические свойства.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>2</b>
	Физические свойства воздуха - температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации. Гигиеническая оценка физических свойств атмосферного воздуха. Комплексное действие воздушной среды на организм человека. Воздушная среда - как фактор распространения инфекционных заболеваний. Представление о технологических, санитарно-технических мероприятиях. Меры планировочного характера для защиты населения от воздействия источников загрязнения воздушной среды. Роль зеленых насаждений. Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении. Проводить анализ физических параметров воздушной среды. Выявлять причины возникновения инфекционных заболеваний, фактором передачи которых является воздух. Проводить простейшие мероприятия через просветительную работу по профилактике инфекционных заболеваний, фактором для возникновения которых является воздух.		
	<b>Теоретическое занятие 3</b>	2	
	Атмосферный воздух его физические свойства.		
	<b>Практическое занятие 1</b>	2	
	Гигиеническое и экологическое значение физических факторов атмосферного воздуха.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Строение земной атмосферы (тропосфера, стратосфера, ионосфера). Законодательство РФ об охране атмосферного воздуха.		
<b>Тема 2.2. Химический состав</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>2</b>
	Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение – постоянные		



<b>воздушной среды и его гигиеническое значение.</b>	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. Химические загрязнения воздушной среды биогенного и антропогенного характера, источники загрязнения. Роль загрязнений атмосферы в формировании патологии среди взрослого и детского населения (влияние некоторых загрязняющих атмосферу веществ - сажи, угарного газа, соединений серы, азота, фотооксидантов), их действие на здоровье человека и быт населения. Мероприятия по профилактике загрязнений атмосферного воздуха. Понятие о ПДК. Выявление причин возникновения заболеваний, фактором передачи которых является загрязненный химическими веществами воздух. Проводить просветительную работу среди населения по профилактике заболеваний, связанных с химическим загрязнением воздушной среды.		
	<b>Теоретическое занятие 4</b>	2	
	Химический состав воздушной среды и его гигиеническое значение.		
	<b>Практическое занятие 2</b>	2	
	Гигиеническое и экологическое значение химического состава воздушной среды.		
<b>Тема 2.3. Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	2
	Физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды. 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. Органолептические свойства воды. Химический состав.		
	<b>Теоретическое занятие 5</b>	2	
	Вода, ее физические и химические свойства.		
	<b>Практическое занятие 3</b>	2	
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	Гигиеническое и экологическое значение воды.		
	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.	2	
<b>Тема 2.4. Почва, ее физические и</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	2
	Гигиеническое значение состава и свойств почвы. Почвенный воздух, пористость,		

<b>химические свойства, гигиеническое и экологическое значение</b>	капиллярность. Химический состав почвы. Значение примесей антропогенного характера. Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы. Проблемы накопления и утилизации отходов. Мероприятия по санитарной охране почвы.		
	<b>Теоретическое занятие 6</b>	2	
	Почва, ее физические и химические свойства.		
	<b>Практическое занятие 4</b>	2	
	Гигиеническое и экологическое значение почвы.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Гигиенические требования к очистке населенных мест (сбор, транспортировка, хранение, обезвреживание, переработка твердых и жидких отходов). Санитарная оценка почвы.		
<b>Раздел 3. Урбанизация и экология человека.</b>			
<b>Тема 3.1 Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>2</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 (физические, химические, биологические факторы) и степени их благоустройства на жизнедеятельность и здоровье человека. Гигиеническая оценка естественного освещения. Гигиеническая оценка искусственного освещения.		
	<b>Теоретическое занятие 7</b>	2	
	Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест.		
	<b>Практическое занятие 5</b>	2	
	Гигиена жилых и общественных зданий.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Экологическая характеристика современных строительных и отделочных материалов, бытовой техники. Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению, вентиляции помещений различных назначений: жилых помещений, помещений учреждений здравоохранения. Нормирование.		
<b>Тема 3.2 Гигиенические требования к лечебно-профилактическим учреждениям.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>2</b>
	Задачи больничной гигиены – обеспечение наиболее благоприятных условий для лечения больных в ЛПУ и оптимальных условий труда медицинского персонала. Виды ЛПУ. Системы застройки больниц: централизованная, смешанная, блочная и децентрализованная. Территория больницы, ее планировка Требования к внутренней планировке больницы. Личная		

	гигиена персонала больницы.. Назначение и устройство боксов и полубоксов, приемных отделений больниц, родильных домов, инфекционных больниц, палатных секций. Внутренняя отделка помещений. Нормативы площади палат и их гигиеническое значение. Отопление, вентиляция, освещение ЛПУ.		
	<b>Теоретическое занятие 8</b>	2	
	Гигиенические требования к лечебно-профилактическим учреждениям.		
	<b>Практическое занятие 6</b>	2	
	Гигиенические требования к планировке территории ЛПУ.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Гигиенические требования к условиям труда медицинского персонала. Факторы, способствующие возникновению внутрибольничных инфекций. Санитарно-гигиенический режим в ЛПУ.		
<b>Раздел 4. Гигиена питания.</b>			
<b>Тема 4.1. Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	6	2
	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: моносахаридов (глюкозы, фруктозы), дисахаридов (сахарозы, лактозы), полисахаридов (крахмала, пектиновых веществ, клетчатки). 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. Витаминизация продуктов и готовой пищи. Рекомендуемые величины физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения. Органолептическая оценка пищевых продуктов. Значение витаминов и их основные источники. Профилактика гиповитаминозов.		
	<b>Теоретическое занятие 9</b>	2	
	Гигиенические основы физиологии и биохимии питания		
	<b>Практическое занятие 7</b>	2	
	Пищевая и биологическая ценность продуктов питания.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Биологически активные добавки. Виды, значение. Вода. Ее роль в обмене веществ. Потребность в воде. Классификация продуктов питания по происхождению, устойчивости к		

	хранению. Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов. Пищевая и биологическая ценность основных продуктов питания: мяса, колбасных изделий, яиц, рыбы, молока и молочных продуктов, муки, круп, хлеба, овощей, плодов, грибов и их гигиенические показатели качества. Пищевые добавки. Их виды, значение.		
<b>Тема 4.2.</b> <b>Основные принципы рационального питания.</b> <b>Лечебное, лечебно - профилактическое питание.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> 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 приемам пищи. Условия для приема пищи: интерьер столовой комнаты, сервировка стола, комфортность, микроклимат и пр. Оценка рациона питания взрослого населения. Лечебное питание.	6	2
	<b>Теоретическое занятие 10</b> Основные принципы рационального питания.		
	<b>Практическое занятие 8</b> Лечебное, лечебно - профилактическое питание.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Гигиенические требования, предъявляемые к пищеблокам больниц. Лечебно-профилактическое питание. Назначение и пищевая ценность различных рационов лечебно - профилактического питания. Питание отдельных групп населения. Питание при умственном труде. Питание при физическом труде. Питание в пожилом возрасте и старости. Принципы питания, потребность в пищевых веществах, режим питания	2	
<b>Тема 4.3.</b> <b>Заболевания, связанные с характером питания.</b> <b>Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Заболевания, обусловленные недостаточным питанием. Болезни избыточного питания. Болезни животных, передающиеся человеку через мясо, молоко. Рыба как фактор передачи гельминтозов. Профилактика. Понятие о пищевых отравлениях и их классификация. Болезни недостаточности питания, связанные с недостатком в рационе белков, витаминов, минеральных веществ.	6	2
	<b>Теоретическое занятие 11</b> Заболевания, связанные с характером питания.		
	<b>Практическое занятие 9</b> Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика.	2	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Пищевые отравления микробной этиологии. Пищевые токсикоинфекции и токсикозы. Бактериотоксикозы, микотоксикозы. Профилактика. Пищевые отравления немикробной	2	

	этиологии. Отравления ядовитыми по своей природе продуктами растительного и животного происхождения. Отравления ядовитыми при определенных условиях продуктами растительного и животного происхождения. Отравление примесями химических веществ. Профилактика.		
<b>Раздел 5. Влияние производственных факторов на состояние здоровья и жизнедеятельность человека. Классификация основных форм трудовой деятельности.</b>			
<b>Тема 5.1. Гигиена труда.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>2</b>
	Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика. Классификация, краткая характеристика вредных производственных факторов: физических, химических, биологических, нервно -психических, механических - факторов, обуславливающих динамическую и статическую нагрузку на опорно-двигательный аппарат. Профессиональные вредности в системе здравоохранения. Основные направления профилактики. Профилактика профессиональных болезней. Основные направления профилактических оздоровительных мероприятий (законодательные, организационные, технологические, санитарно - технические, лечебно - профилактические). Производственный травматизм и меры борьбы с ним.		
	<b>Теоретическое занятие 12</b>	2	
	Гигиена труда.		
	<b>Практическое занятие 10</b>	2	
	Трудовая деятельность и физиологические функции организма		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Общие понятия о профессиональных болезнях – заболеваниях, возникающих в результате воздействия на организм вредных производственных факторов.		
<b>Тема 5.2. Гигиена труда медицинского персонала в лечебно- профилактических</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>6</b>	<b>2</b>
	Трудовая деятельность медицинских работников. Виды вредных профессиональных факторов в ЛПУ у работников различных специальностей.		
	<b>Теоретическое занятие 13</b>	2	
	Гигиена труда медицинского персонала в лечебно- профилактических учреждениях.		

учреждениях.	<b>Теоретическое занятие 14</b>	2	
	Вредные производственные факторы у медицинских работников различных специальностей.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	2	
	Мероприятия по профилактике действия вредных и опасных факторов на здоровье медработников.		
<b>Раздел 6. Гигиена детей и подростков.</b>			
<b>Тема 6.1. Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
	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. Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп.		
	<b>Теоретическое занятие 15</b>	2	
	Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1	
	Основные гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса. Гигиена физического воспитания детей и подростков.		
<b>Тема 6.2. Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских и подростковых учреждений.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
	Планировка детских и подростковых учреждений. Требования к участкам, зданиям общеобразовательных школ, дошкольных образовательных учреждений. Гигиенические требования к оборудованию детских и подростковых учреждений, предметам детского обихода. Мебель дошкольных образовательных учреждений. Школьная мебель. Гигиенические требования к учебным пособиям, детским игрушкам.		
	<b>Теоретическое занятие 16</b>	2	
	Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских и подростковых учреждений.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1	
	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.		
<b>Раздел 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения.</b>			

<b>Тема 7.1. Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
	Факторы, влияющие на здоровье человека: образ жизни (50-55%), окружающая среда (20-25%), генетический фактор (15-20%), медицинское обслуживание (8-10%). 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		
	<b>Теоретическое занятие 17</b>	2	
	Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1	
	Закаливание. Характеристика природных закаливающих факторов (солнце, воздух, вода). Принципы закаливания.		
<b>Самостоятельная работа обучающихся</b>	1		
Подготовка к дифференцированному зачету.			
	<b>Практическое занятие 11</b>	2	3
	<b>Дифференцированный зачет</b>		
		<b>Всего:</b>	<b>84</b>

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Материально-техническое обеспечение**

Реализация программы учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета «Гигиена и экология человека».

##### **Оборудование учебного кабинета:**

**Учебно-программная документация:** примерная учебная программа, рабочая учебная программа, календарно-тематический план.

**Методические материалы:** учебно-методические комплексы, справочники, обучающие и контролирующие программы, учебно-методические рекомендации для студентов по самостоятельной работе, контрольно-оценочные средства.

**Технические средства обучения:** компьютерное и мультимедийное оборудование, видео-аудиовизуальные средства обучения, шкаф для инструментов и приборов, калькуляторы, весы равноплечные, химическая посуда (разновес, дистиллятор, плитка электрическая, спиртометры, термометр химический, сетки металлические асбестированные, штатив для пробирок, спиртовка, микроскоп биологический (бинокляр 4-100х), ареометр, пробирки, воронка лабораторная, палочки стеклянные, стекла предметные, тигли фарфоровые.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

**Перечень учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

##### **Нормативные документы:**

1. Федеральный закон РФ от 30.03.1999 № 52–ФЗ «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения»;
2. Федеральный закон РФ от 4 05.1999 г. N 96-ФЗ "Об охране атмосферного воздуха" (с изменениями и дополнениями);
3. Федеральный закон РФ от 3 06.2006 г. N 73-ФЗ "О введении в действие Водного кодекса Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями);
4. Федеральный закон РФ от 14 07 2008 г. N 118-ФЗ "О внесении изменений в Водный кодекс Российской Федерации и отдельные законодательные акты Российской Федерации";
5. Методические рекомендации МР 2.3.1.2432-08 3.2.1. Рациональное питание. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации;
6. СанПиН 2.3.2.1324–03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов»;



7. СанПиН 2.1.4.1074-01 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Контроль качества»;
8. СанПиН 2.4.3.1186-03 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации учебно – производственного процесса в образовательных учреждениях начального профессионального образования»;
9. СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»;
10. ГОСТ 2761-84 «Источники централизованного хозяйственно – питьевого водоснабжения».

#### **Основная литература:**

1. Крымская И.Г. Гигиена и экология человека. – Изд. 2-е, стер – Ростов н/Д.: Феникс, 2016.- 351с.
2. Мартинчик А.Н., Королев А.А. Микробиология, физиология питания, санитария и гигиена. Часть 1. –М.: ОИЦ «Академия», 2017.
3. Мартинчик А.Н., Королев А.А. Микробиология, физиология питания, санитария и гигиена. Часть 2. –М.: ОИЦ «Академия», 2017.
4. Крымская И.Г. Гигиена и экология человека. – Ростов-на\_Дону: «Феникс», 2016.
5. Архангельский В.И., Кириллов В.Ф. Гигиена и экология человека. –М.:ООО Издательская группа «ГЭОТАР- Медиа», 2016.
6. Пивоваров Ю.П. и др. Гигиена и экология человека. –М.: ОИЦ «Академия», 2016.

#### **Дополнительные источники:**

1. Пивоваров Ю.П., Королик В.В., Зиневич Л.С. Гигиена и основы экологии человека. – М.: Академия, 2014.
2. Гигиена и экология человека: Учебник для студ. сред. проф. учеб. заведений/Н.А. Матвеева, А.В. Леонов, М.П. Грачева и др.; под ред. Н.А. Матвеевой. – М.: Издательский центр «Академия», 2014.
3. Полякова А.Н., Стародумов В.Л., Денисова Н.Б. Общая гигиена, санология и экология: Руководство для студентов факультета высшего сестринского образования медицинских вузов/ Под ред. проф. В.Рябчиковой. – М.: ФГОУ «ВУНМЦ Росздрава», 2015.
4. Тутельян В.А., Онищенко Г.Г. Государственная политика здорового питания населения: задачи и пути реализации на региональном уровне: учебное пособие. – М., 2014.
5. Коробкин В.И. Экология: учебник для вузов / В.И. Коробкин, Л.В. Передельский. – Изд. 15-е, дополн. и перераб.- Ростов н/Д: Феникс, 2016.

### **Интернет-ресурсы:**

1. Министерство здравоохранения и социального развития РФ (<http://www.minzdravsoc.ru>);
2. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (<http://www.rospotrebnadzor.ru>);
3. ФГУЗ Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (<http://www.fcgsen.ru>);
4. Информационно – методический центр «Экспертиза» (<http://www.crc.ru>);
5. Центральный НИИ организации и информатизации здравоохранения (<http://www.mednet.ru>)

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

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

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания):</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>
<b>Умения:</b>	
Давать санитарно – гигиеническую оценку факторам окружающей среды.	Выявление воздействия факторов окружающей среды на население.
Проводить санитарно – гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней.	Демонстрация практических действий по сохранению и укреплению здоровья населения. Демонстрация практических действий по предупреждению заболеваний.
Проводить гигиеническое обучение и воспитание населения.	Демонстрация проведение гигиенического обучения и воспитания населения.
<b>Знания:</b>	
Современное состояние окружающей среды и глобальных экологических проблем.	Классификация современного состояния окружающей среды. Определение глобальных экологических проблем.
Факторы окружающей среды, влияющих на здоровье человека.	Перечисление факторов окружающей среды, влияющих на здоровье человека. Выявление влияния на организм человека факторов среды обитания.
Основные положений гигиены.	Оценка принципов здорового образа жизни.
Гигиенические принципы организации здорового образа жизни.	Определение гигиенических принципов организации здорового образа жизни.
Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения.	Перечисление методов гигиенического воспитания населения. Перечисление форм гигиенического воспитания населения. Перечисление средств гигиенического воспитания населения.
	<b>Дифференцированный зачет</b>