МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ

ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«САЯНСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ОГБПОУ
«Саянский медицинский колледж»
_____Е.Н.Третьякова
31_____08_____2020_г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.05. ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

профессионального учебного цикла (общепрофессиональных дисциплин)
программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности 34.02.01 Сестринское дело базовой подготовки

Саянск
2020

ОДОБРЕНО
Цикловой методической комиссией
ОГСЭ, ЕН и ОП циклов
Председатель
_____ Л.А.Казимирова
«31» 08 2020 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по учебной
работе ОГБПОУ «Саянский
медицинский колледж»
_____ О.И.Комолкина
«31» 08 2020 г.

Составитель: КазимироваЛ.А., преподаватель гигиены и экологии человекаIквалификационной категории ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж».

Рецензенты:

Внутренняя рецензия: Казимирова Л.А., председатель ЦМК ОГСЭ, ЕН и ОП.

Внешняя рецензия: Козулина М.Д., преподаватель гигиены и экологии человека высшей квалификационной категории ОГБОУ СПО «Ангарский медицинский колледж».

Рабочая программа разработана на основе документов:

федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 Сестринское дело базовой подготовки, утвержденной приказом Министерства образования и науки РФ от 12 мая 2014 г. №502.

-локального нормативного акта «Положение о рабочей программе учебной дисциплины и профессионального модуля ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж».

-учебного плана ОГБПОУ « Саянский медицинский колледж».

Содержание программы реализуется в процессе освоения обучающимися программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 34.02.01 Сестринское дело базовой подготовки в соответствии с требованиями ФГОС СПО .

РЕЦЕНЗИЯ
на рабочую программу учебной дисциплины
ОП.05. Гигиена и экология человека
34.02.01. Сестринское дело базовой подготовки

Рецензент: Казимирова Л.А., председатель ЦМК ОГСЭ, ЕН и ОП учебных циклов ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж», преподаватель первой квалификационной категории.

Составитель программы: Казимирова Л.А., преподаватель гигиены и экологии человека ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж».

Рабочая программа составлена для очной формы обучения и включает следующие разделы:

1.Паспорт рабочей программы учебной дисциплины.
2. Структура и содержание учебной дисциплины.
3. Условия реализации учебной дисциплины.
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.
5. Лист изменений и дополнений, внесенных в рабочую программу.

Рабочая программа составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом СПО по специальности 34.02.01.Сестринское дело базовый уровень № 502 от 12.05.2014г, локальным нормативным актом « Положение о рабочей программе учебной дисциплины и профессионального модуля ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж»., учебным планом колледжа.

В паспорте рабочей программы указана область применения программы, место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена. Перечень умений, знаний, общих и профессиональных компетенций соответствует требованиям ФГОС СПО по специальности Лечебное дело углубленной подготовки. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины Гигиена и экология человека соответствует учебному плану колледжа.

Содержание учебного материала соответствует умениям и знаниям, перечисленным в паспорте рабочей программы. Содержательное и почасовое распределение между «теорией», практическими занятиями, самостоятельной работой полностью соответствуют специфике основных показателей оценки результатов обучения. Перечислены различные виды самостоятельной работы обучающихся сформулированные через деятельность. В таблице 2.2. «Тематический план и содержание учебной дисциплины» все графы и строки заполнены, сумма по каждому столбцу равна максимальной нагрузке, уровень освоения учебного материала определен с учетом формируемых умений в процессе выполнения практических занятий, самостоятельной работы.

Перечисленное оборудование в достаточной мере обеспечивает проведение всех видов практических занятий, предусмотренных программой учебной дисциплины. В пункте 3.2. «Информационное обеспечение обучения» указаны основные и дополнительные источники, содержательно достаточные для реализации образовательного процесса. В списке

литературы отсутствуют издания, выпущенные более 5 лет назад. Сам список литературы заполнен в соответствии с требованиями ГОСТ по оформлению литературы.

Результаты обучения сформулированы однозначно для понимания и оценивания. Наименование умений и знаний совпадает с указанными в паспорте рабочей программы. Комплекс форм и методов контроля умений и знаний образует систему достоверной и объективной оценки уровня освоения дисциплины и соответствует результатам обучения, в т.ч. общим и профессиональным компетенциям.

Заключение:

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.05. Гигиена и экология человека может быть рекомендована для применения в учебном процессе ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж» по специальности 34.02.01. Сестринское дело базовой подготовки. Рабочая программа учебной дисциплины соответствует требованиям ФГОС СПО.

М.П.

Рецензент: _____ / Казимирова Л.А.

Подпись Ф.И.О.

РЕЦЕНЗИЯ
на рабочую программу учебной дисциплины
ОП.05. Гигиена и экология человека по специальности
34.02.01 Сестринское дело базовой подготовки

Рецензент: Козулина М.Д., преподаватель высшей квалификационной категории ОГБПОУ « Ангарский медицинский колледж».

Составитель программы: Казимирова Л.А., преподаватель гигиены и экологии человека первой квалификационной категории ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж».

Рабочая программа составлена для очной формы обучения и включает следующие разделы:

1.Паспорт рабочей программы учебной дисциплины.
2. Структура и содержание учебной дисциплины.
3. Условия реализации учебной дисциплины.
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.
5. Лист изменений и дополнений, внесенных в рабочую программу.

В паспорте рабочей программы указана область применения программы, место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена. Перечень умений, знаний, общих и профессиональных компетенций соответствует требованиям ФГОС СПО по специальности Сестринское дело базовой подготовки. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины Гигиена и экология человека соответствует учебному плану ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж».

Содержание учебного материала соответствует умениям и знаниям, перечисленным в паспорте рабочей программы. Содержательное и почасовое распределение между «теорией», практическими занятиями, самостоятельной работой полностью соответствуют специфике основных показателей оценки результатов обучения. Формулировки тем практических занятий, видов деятельности обучающихся на практических занятиях, отражают деятельностный подход.

Самостоятельная работа представлена по каждой теме с указанием видов в соответствии с планируемым временем на ее выполнение. Ее тематика раскрывается «диагностическими» формулировками, отражающими овеществленный результат учебно-познавательной деятельности обучающегося, который можно проверить и оценить. Число часов самостоятельной работы по учебной дисциплине составляет 50 % от аудиторной учебной нагрузки обучающегося, что соответствует ФГОС.

В таблице 2.2. «Тематический план и содержание учебной дисциплины» все графы и строки заполнены, сумма по каждому столбцу равна максимальной нагрузке, уровень освоения учебного материала определен с учетом формируемых умений в процессе выполнения практических занятий, самостоятельной работы.

Перечисленное оборудование в достаточной мере обеспечивает проведение всех видов практических занятий, предусмотренных программой учебной дисциплины. В пункте 3.2. «Информационное обеспечение

обучения» указаны основные и дополнительные источники, содержательно достаточные для реализации образовательного процесса. В списке литературы отсутствуют издания, выпущенные более 5 лет назад. Сам список литературы заполнен в соответствии с требованиями ГОСТ по оформлению литературы. Приведенные Интернет-ресурсы актуальны.

Результаты обучения сформулированы однозначно для понимания и оценивания. Наименование умений и знаний совпадает с указанными в паспорте рабочей программы. Комплекс форм и методов контроля умений и знаний образует систему достоверной и объективной оценки уровня освоения дисциплины и соответствует результатам обучения, в т.ч. общим и профессиональным компетенциям.

Заключение:

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.05. Гигиены и экологии человека может быть рекомендована для применения в учебном процессе ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж» по специальности 34.02.01 Сестринское дело базовой подготовки. Рабочая программа учебной дисциплины соответствует требованиям ФГОС СПО.

Рецензент: _____ / Козулина М.Д ../
Подпись Ф.И.О.

МП

СОДЕРЖАНИЕ

Название разделов

1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины ……4

2. Структура и содержание учебной дисциплины…….7

3. Условия реализации учебной дисциплины……19

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины…….21

5. Лист изменений и дополнений, внесенных в рабочую программу……22

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 (ППССЗ) ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж» по специальности СПО 34.02.01 Сестринское дело базовой подготовки, разработанной в соответствии с ФГОС СПО третьего поколения.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована при изучении вопросов гигиены и экологии человека в дополнительном профессиональном образовании, по специальности Сестринское дело.

Рабочая программа составлена для очной формы обучения.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Учебная дисциплина Гигиена и экология человека входит в состав дисциплин профессионального учебного цикла, раздел общепрофессиональных дисциплин ОП ОО. Изучается в 3 семестре 2 курса. Взаимосвязана с другими учебными дисциплинами и профессиональными модулями ППССЗ: анатомия и физиология человека, основы микробиологии и иммунологии, генетика человека с основами медицинской генетики, основы патологии, ПМ. 01 Проведение профилактических мероприятий, ПМ. 02 Участие в лечебно-диагностическом и реабилитационном процессе, ПМ 05 Организация и проведение лечебно-диагностических, реабилитационных и профилактических мероприятий в отношении пациентов всех возрастных категорий в системе первичной медико-санитарной помощи вучреждениях специализированной и высокотехнологичной медицинской помощи, ПМ 04 Выполнение работ по профессии младшая медицинская сестра (решение проблем пациента посредством сестринского ухода).

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

Базовая часть.

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

Вариативная часть – 18 часов.

Углубление и изучение разделов практических занятий с учетом регионального фактора (состояния окружающей среды Иркутской области и г.Саянска; влияние факторов окружающей среды на здоровье населения Иркутской области и г. Саянска; экологическое образование, просвещение и воспитание населения Иркутской области).

Содержание дисциплины ориентировано на подготовку обучающихся к освоению профессиональных модулей ППССЗ по специальности 34.0201 Сестринское дело базовой подготовки и овладению профессиональных компетенций:

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 вмешательства.

ПК 2.2. Осуществлять лечебно – диагностические вмешательства, взаимодействуя с участниками лечебного процесса.

ПК 2.3. Сотрудничать со взаимодействующими организациями и службами.

В процессе освоения дисциплины у обучающихся должны быть сформированы общие компетенции:

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.

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:
максимальной учебной нагрузки обучающегося 99 часа, в том числе:
- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 66 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 33 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной деятельности	**Объем часов**
Максимальная учебная нагрузка (всего)	99
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	66
в том числе:	
лабораторные занятия	Не предусмотрено
практические занятия	30
контрольные работы	Не предусмотрено
курсовая работа (проект)	Не предусмотрено
самостоятельная работа студента (всего)	33
в том числе:	
Работа с учебником, дополнительной литературой (конспектирование, подготовка к занятию, подготовка к диф зачету, составление вопросов, глоссария)	15
составление тематических кроссвордов	2
подготовка таблиц и схем	2
подготовка сообщений	4
решение ситуационных задач	6
составление интеллект-карты	2
подготовка презентации	2
Самостоятельная работа на курсовой работой (проектом)	Не предусмотрено
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Гигиена и экология человека

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Введение.		3	
Тема 1. Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии	Содержание учебного материала	2	
	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.		1
	2. 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.		
	3. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотрбнадзор), ее структура, виды деятельности, задачи, функции.		
	4. Краткая история возникновения гигиены, экологии и экологии человека.		
	Самостоятельная работа обучающихся Составление конспекта «Законы экологии»	1	
Раздел 2. Гигиена окружающей		30	

среды.				
Тема 2.1. Атмосферный воздух его физические и химические свойства.	Содержание учебного материала		2	
	1.	Физические свойства воздуха - температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации.		2
	2.	Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение – постоянные составные части воздуха, газообразные примеси, микроорганизмы, механические примеси.		
Тема 2.2. Гигиеническое и экологическое значение воздушной среды.	Содержание учебного материала		2	
	1.	Источники загрязнения. Механизмы образования смога. Влияние загрязнения атмосферного воздуха на здоровье и санитарные условия жизни населения.		2
	2.	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.		
	Практическое занятие **Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении.** Изучение приборов и методик для воздушной среды: - температуры – термометры и термографы; - относительной влажности – психрометр Августа, психрометр Ассмана, гигрограф; - скорости движения воздуха чашечный анемометр, анемометр крыльчатый кататермометр; - атмосферное давление воздуха- барометр и барограф; Измерение средней температуры воздуха, перепадов температуры по горизонтали .и вертикали. Составление гигиенической оценки физических факторов. Характеристика состояния загрязнения атмосферного воздуха Иркутской области и г.Саянска Решение ситуационных задач.		4	

	Выполнение тестовых заданий.		
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Составление глоссария 2. Самоподготовка к занятию,составление конспекта « Погода,климат и их влияние на человека» 3. Решение ситуационных задач»	4 1 1 2	
Тема 2.3. **Вода, ее физические и химические свойства.**	Содержание учебного материала	2	
	1. Физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды. 2. Органолептические свойства воды. Химический состав. Заболевания, обусловленные необычным минеральным составом природных вод. 3. Влияние загрязнения воды на здоровье человека. Инфекционные заболевания, гельминтозы, передаваемые водным путем. Условия и сроки выживания патогенных микроорганизмов в воде. Особенности водных эпидемий.		3
Тема 2.4. **Гигиеническое и экологическое значение воды.**	Содержание учебного материала	2	
	1. Виды источников водоснабжения и их санитарно – гигиеническая характеристика. 2. Причины загрязнения. Охрана источников водоснабжения. 3. Гигиеническая характеристика систем хозяйственно – питьевого водоснабжения. 4. Гигиенические требования к качеству питьевой воды. Методы улучшения качества питьевой воды.		3
	Практическое занятие **Гигиеническая оценка качества питьевой воды.** 1. Правила забора проб воды на химический и бактериологический анализ. 2. Определение органолептических свойств воды. 3. Изучение ФЗ РФ №52 от 30.03.1999 «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения». 4. Изучение Сан Пи На 2.1.4.1074 – 01»Питьевая вода. Гигиенические требования к	4	

	качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Контроль качества». 5. Гигиеническая оценка качества воды; 6. Характеристика питьевого водоснабжения и санитарно-гигиенического состояния его источников в Иркутской области; 7. Выполнение тестовых заданий; 8. Решение кроссвордов.		
	Самостоятельная работа обучающихся 1 Подготовка вопросов по данной теме. 2. Составление конспекта « Гигиенические требованияк устройству шахтного колодца» 3.Составление интеллект-карты с ключевым словом Вода	4 1 1 2	
Тема 2.5. Почва, ее физические и химические свойства.	Содержание учебного материала	2	
	1. Гигиеническое значение состава и свойств почвы. 2. Почвенный воздух, пористость, капиллярность. 3. Химический состав почвы. Значение примесей антропогенного характера. 4. Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы. 5. Минеральный состав почвы Иркутской области.		2
Тема 2.6. Гигиеническое и экологическое значение почвы	Содержание учебного материала	2	
	1. Проблемы накопления и утилизации отходов. 2. Мероприятия по санитарной охране почвы. 3. Гигиенические требования к очистке населенных мест (сбор, транспортировка, хранение, обезвреживание, переработка твердых и жидких отходов). 4. Санитарная оценка почвы.		2
	Самостоятельная работа обучающихся Составление конспекта по вопросам: - Роль почвенных организмов и почвенного воздуха - Составление схемы « Санитарная очистка на селенных мест»	2 1 1	
Раздел 3. Гигиена населенных пунктов.		12	

Тема 3.1. Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест.	Содержание учебного материала	2	
	1. Урбанизация и экология человека. Микроклимат города. 2. Городской шум и профилактика его вредного воздействия. 3. Гигиенические принципы планировки и застройки населенных мест. Гигиеническое значение озеленения. 4. Нормативные документы Иркутской области по охране лесов.		3
Тема 3.2. Гигиена жилых и общественных зданий	Содержание учебного материала	2	
	1. Совокупное воздействие жилищных условий (физические, химические, биологические факторы) и степени их благоустройства на жизнедеятельность и здоровье человека. 2. Экологическая характеристика современных строительных и отделочных материалов, бытовой техники. 3. Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению, вентиляции помещений различных назначений: жилых помещений, помещений учреждений здравоохранения.		3
	Практическое занятие **Гигиеническая оценка естественного освещения и искусственного освещения.** 1.Закрепление лекционного материала по естественному и искусственному освещению. 2. Определение светового коэффициента и инсоляционного режима в помещении. 3. Решение ситуационных задач.	4	
	<u>Самостоятельная работа обучающихся</u> 1. Подготовка вопросов по данной теме 2. Составление конспекта « Гигиенические требования к отоплению жилых помещений 3. Решение ситуационных задач	4 1 1 2	
Раздел 4. Гигиена питания.		21	
Тема 4.1.	Содержание учебного материала	2	

Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7.	Обмен веществ и энергии в организме. Энергетический баланс. Белки: их значение для жизни, роста и развития организма. Состав белков. Заменимые 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 щелочного и кислотного характера. Биомикроэлементы. Основные источники минеральных элементов. Витамины, их классификация. Значение витаминов и их основные источники. Профилактика гиповитаминозов. Витаминизация продуктов и готовой пищи. Рекомендуемые величины физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения.		2
	Практическое занятие **Гигиенические требования к пищевым продуктам и их санитарная экспертиза.** 1.Органолептическая оценка пищевых продуктов. 2. Влияние качества пищевых продуктов на состояние здоровья населения г. Саянска 3. Выполнение тестовых заданий. 4. Решение ситуационных задач.		4	
	<u>Самостоятельная работа обучающихся</u> 1.Составление таблицы» Витамины и их влияние на организм человека» 2Составление кроссворда		3 1 2	
Тема 4.2.	Содержание учебного материала		2	

Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно – профилактическое питание	1. 2. 3. 4.	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. Лечебное питание. Характеристика основных лечебных диет. Механическое, химическое и термическое щажение в питании. Особенности кулинарной обработки при приготовлении диетических блюд.		2
	Практическое занятие **Гигиеническая оценка суточного рациона питания.** 1.Оценка питания медицинской сестры по меню-раскладке. 2. Составление суточного рациона питания. 3. Расчет энергетической ценности суточного рациона питания, и его гигиеническая оценка. 4. Решение ситуационных задач.		4	
	Самостоятельная работа обучающихся Составление конспекта «Принципы лечебного и лечебно-профилактического питания» Решение ситуационных задач		3 1 2	
Тема 4.3. **Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика**	Содержание учебного материала		2	
	1. 2. 3.	Заболевания, обусловленные недостаточным питанием. Болезни недостаточности питания, связанные с недостатком в рационе белков, витаминов, минеральных веществ. Болезни избыточного питания. Болезни животных, передающиеся человеку через мясо, молоко. Рыба как фактор передачи гельминтозов. Профилактика. Понятие о пищевых отравлениях и их классификация.		2

	Самостоятельная работа обучающихся 1.Самаподготовка к занятию, составление конспекта « Отравления ядовитыми продуктами растительного происхождения и их профилактика» .	1 1	
Раздел 5. Гигиена труда.		6	
Тема 5.1. Гигиена труда	Содержание учебного материала	2	
	1. Трудовая деятельность и физиологические функции организма. Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика. 2. Классификация, краткая характеристика вредных производственных факторов: физических, химических, биологических, нервно – психических, механических - факторов, обусловливающих динамическую и статическую нагрузку на опорно – двигательный аппарат.		2
Тема 5.2. Общие понятия о профессиональных заболеваниях, о производственном травматизме и меры их профилактики.	Содержание учебного материала	2	
	1. Общие понятия о профессиональных болезнях – заболеваниях, возникающих в результате воздействия на организм вредных производственных факторов. 2. Основные направления профилактических оздоровительных мероприятий (законодательные, организационные, технологические, санитарно – технические, лечебно – профилактические). 3. Производственный травматизм и меры борьбы с ним.		2
	Самостоятельная работа обучающихся Составление конспекта « Медицинские осмотры работников» Составление конспекта « Профессиональные вредности медицинских работников»	2 1 1	
Раздел 6. Гигиена детей и подростков		18	
Тема 6.1. Состояние	Содержание учебного материала	2	

здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса.	1. 2. 3.	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. Основные гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса. Гигиена физического воспитания детей и подростков.		3
	Практическое занятие **Гигиеническая оценка режима дня в детском дошкольном учреждении и расписания уроков в школе.** 1.Гигиеническая оценка режима дня ясельной группы в детском дошкольном учреждении №25 г.Саянска. 2. Гигиеническая оценка расписания уроков школьников 7 классов школы №2 г.Саянска. 3. Решение ситуационных задач.		4	
	Самостоятельная работа обучающихся Самоподготовка к занятию, составление конспекта « Акселерация и децелерация, их причины» Подготовка сообщения « Гигиенические требования к детским грушкам»		3 1 2	
Тема 6.2. Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детскихи подростковых учреждений	Содержание учебного материала		2	
	1. 2. 3.	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. 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.		3
	Практическое занятие		4	

	Гигиена детских дошкольных учреждений. 1.Знакомство с общим планом детского питания №25 г.Саянска. 2. Знакомство с материалами лабораторного контроля д/у №25 г. Саянска. 3. Выполнение тестовых заданий.		
	Самостоятельная работа обучающихся Самоподготовка к занятию, составление вопросов по теме. Подготовка сообщения « Гигиенические требования к мебели детских дошкольных учреждений»	3 1 2	
Раздел 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения		9	
Тема 7.1. Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования	Содержание учебного материала	2	
	1. Факторы, влияющие на здоровье человека: образ жизни(50-55%), окружающая среда (20-25%), генетический фактор (15-20%), медицинское обслуживание (8-10%). 2. 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.		3
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Создание презентации по пропаганде здоровы образ жизни.	2	
Тема 7.2.	Содержание учебного материала	2	

Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения	1. 2. 3. 4.	Цели, задачи, основные принципы гигиенического обучения и воспитания населения. Методы гигиенического обучения и воспитания населения: устный, печатный, изобразительный (наглядный), комбинированный. Особенности методов. 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. Формы гигиенического воспитания: индивидуальные, групповые, массовые. Дифференцированный зачет.		3
	Практические занятия **Санитарно просветительная работа по вопросам формирования здорового образа жизни.** Пропаганда здорового образа жизни: - выступление перед аудиторией с рефератом, сообщением; - подготовка радиопередач; - оформление санитарных бюллетеней, памяток, буклетов; - оформление агитационных плакатов, презентаций; - статей на медицинскую тему.		2	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовка к дифференцированному зачету.		1	
		ВСЕГО	99 часов	

Уровни освоения учебного материала:
1 – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2 – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
3 – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета гигиены и экологии человека.

Лаборатория – не предусмотрена.

Оборудование учебного кабинета

1. Мебель и стационарное оборудование.
- доска классная;
- стол и стул для преподавателя;
- столы и стулья для студентов;
- книжный шкаф;
- шкафы для инструментов и приборов, учебно – методической документации.

2. Приборы:
- термометры,
- гигрометры,
- анемометры,
- кататермометры,
- барометры – анероиды,
- термографы, гигрографы,
- барографы.
- люксметр

3. Лабораторная посуда:
- емкости для отбора проб воды,
- спиртовки,
- лабораторная посуда

Технические средства обучения:
- компьютеры;
- интерактивная доска;
- мультимедийный проектор

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основная литература:

1. Крымская И.Г. Гигиена и основы экологии человека: Учебное пособие / И.Г. Крымская, Э.Д. Рубан. – Издание 2-е, стер. - Ростов н / Д: - Феникс, 2017. – 412 с.

Дополнительная литература:

1.Пивоваров Ю.П. Гигиена и основы экологии человека / Ю.П. Пивоваров, В.В. Королик, Л.С. Зиневич.– М.: Академия, 2010.
2. О состоянии и об охране окружающей среды Иркутской области в 2010г, Иркутск 2011 Государственный доклад – 398стр.
3. Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Контроль качества СанПиН 2.1.4.1074-01.

Программное обеспечение и интернет-ресурсы:

http//www.minzdravsoc.ru- министерство здравоохранения и социального развития РФ

http//www.rospotrebnadzor.ru- федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

http//www.fcgsen.ru- ФГУЗ Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

http//www.crc.ru- информационно – методический центр «Экспертиза»

http//www.mednet.ru- центральный НИИ организации и информатизации здравоохранения.

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания):	**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения**
Уметь давать санитарно – гигиеническую оценку факторам окружающей среды	Оценка выполнения тестовых заданий с применением информационных технологий. Оценка решения ситуационных задач. Наблюдение и оценка выполнения практических действий.
Уметь проводить санитарно – гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней	Оценка выполнения тестовых заданий с применением информационных технологий. Оценка решения ситуационных задач. Проверка проведения санитарно-гигиенических мероприятий в форме деловой игры. Наблюдение и оценка выполнения практических действий.
Уметь проводить гигиеническое обучение и воспитание населения	Оценка выполнения тестовых заданий с применением информационных технологий. Оценка решения ситуационных задач. Оценка санитарных бюллетеней, памяток, буклетов, агитационных плакатов, презентаций Наблюдение и оценка выполнения практических действий
Знать современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы	Оценка выполнения тестовых заданий с применением информационных технологий. Оценка решения ситуационных задач. Анализ современного состояния окружающей среды. Наблюдение и оценка выполнения практических действий
Знать факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека	Оценка выполнения тестовых заданий с применением информационных технологий. Оценка решения ситуационных задач. Наблюдение и оценка выполнения практических действий
Знать основные положения гигиены	Оценка выполнения тестовых заданий с применением информационных технологий. Оценка решения ситуационных задач. Наблюдение и оценка выполнения практических действий
Знать гигиенические принципы организации здорового образа жизни	Оценка выполнения тестовых заданий с применением информационных технологий. Оценка решения ситуационных задач. Наблюдение и оценка выполнения практических действий
Знать методы, формы и средства гигиенического воспитания населения	Оценка выполнения тестовых заданий с применением информационных технологий. Оценка решения ситуационных задач. Наблюдение и оценка выполнения практических действий

5. ДОПОЛНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ

Казимирова Людмила Александровна

преподаватель гигиены и экологии человека

ОГБПОУ «Саянский медицинский колледж»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

профессионального учебного цикла (общепрофессиональных дисциплин)
программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности 34.02.01 Сестринское дело базовой подготовки