



Министерство здравоохранения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

**Саратовский государственный медицинский университет
имени В.И. Разумовского**

Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России)

Медицинский колледж

ПРИНЯТО

Методическим советом по СПО

Протокол №3 от 25.05.2020 г.

Председатель



Л.М. Федорова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебной дисциплины
ОП 06. Гигиена и экология человека**

для специальности 31.02.01 «Лечебное дело»

форма обучения очная

ЦМК__Общемедицинских дисциплин

г. Саратов 2020 год

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС) по специальности 31.02.01 «Лечебное дело»

Организация-разработчик: медицинский колледж СГМУ

Разработчик:

Спирина Людмила Ивановна - преподаватель медицинского колледжа СГМУ

Рецензенты:

Смирнов Сергей Алексеевич, преподаватель микробиологии высшей категории Саратовского областного базового медицинского колледжа

Согласовано:

Директор Научной медицинской библиотеки СГМУ Кравченко Ирина Александровна

Рабочая программа рассмотрена и согласована на заседании методического совета по среднему профессиональному образованию от 29.08.2014г. протокол № 1.

от «9»апреля2015 г. Протокол №5

от « 26 » мая 2016 г. Протокол № 3

от «25» мая 2017 г. Протокол №3

от «31» мая 2018 г. Протокол № 3

от «30» мая 2019 г. Протокол № 3

от «25» мая 2020 г. Протокол № 3

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	15
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	17

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП 06. 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 31.02.01 «Лечебное дело».

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании в области гигиены и санитарии, эпидемиологии, лабораторного дела, гигиенического воспитания населения.

Рабочая программа адаптирована для лиц с ограниченными возможностями здоровья и предусматривает индивидуальный подход к их обучению.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП 06 «Гигиена и экология человека» относится к общепрофессиональным дисциплинам профессионального цикла ПРОГРАММЫ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ СРЕДНЕГО ЗВЕНА по специальности 31.02.01 «Лечебное дело».

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

знать:

- 1.современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы;
- 2.факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека;
- 3.основные положения гигиены
- 4.гигиенические принципы организации здорового образа жизни;
- 5.методы, формы и средства гигиенического воспитания населения

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

уметь:

- 1.давать санитарно – гигиеническую оценку факторам окружающей среды;
- 2.проводить санитарно – гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней;
- 3.проводить гигиеническое обучение и воспитание населения

1.4. Освоение программы учебной дисциплины способствует формированию общих и профессиональных компетенций:

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.

ПК 1.4. Проводить диагностику беременности.

ПК 5.1. Осуществлять медицинскую реабилитацию пациентов с различной патологией.

ПК 5.2. Проводить психосоциальную реабилитацию.

ПК 5.3. Осуществлять паллиативную помощь.

ПК 5.6. Оформлять медицинскую документацию.

1.5. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося

66 часов, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка

44 часов (20ч.теория+ 24ч.практика);

самостоятельная работа обучающегося

22 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП 06. Гигиена и экология человека

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	66
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего), в том числе:	44
теоретические занятия	20
практические занятия	24
самостоятельная работа обучающегося	20
Самостоятельная работа студента (всего)	22
в том числе:	
1. Подготовить реферат с мультимедийной - презентаций	4*
2. Решить ситуационную задачу;	1з
3. Рассчитать обеспеченность рациона белками, жирами, углеводами, энергией;	2п
4 Подготовить агитационно-информационное сообщение по вопросам формирования здорового образа жизни.(санитарные бюллетени, памятки, буклеты, плакаты и др).	6 зож
5. Сделать оценку плантографии и своего физического развития	4о
6. Составить таблицу по теме: «Строение земной атмосферы».	1т
7. Подготовить реферативное сообщение на тему « Гигиенические особенности трудовой деятельности фельдшера»	2р
8. Консультация	2к
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

Условные знаки:

4* подготовка реферата с мультимедийной презентацией (за время изучения дисциплины студент выполняет 1 реферат с мультимедийной презентацией, отмеченный *).

1з. – на решение задачи

2п. - расчет рациона питания

бзож - подготовка индивидуального задания по гигиеническому воспитанию населения, формированию ЗОЖ

4о –оценка физического развития

2р – реферативное сообщение

1т-составить таблицу

2к -консультация

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП 10. «Гигиена и экология человека»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<p>Тема №1 Воздух, его физические и химические свойства.</p>	<p>Теоретическое занятие №1. <u>Воздух, его физические и химические свойства.</u> <u>Содержание учебного материала:</u></p> <p>1. Предмет гигиены и экологии человека. Задачи гигиены и экологии. Разделы гигиены и экологии. Методы гигиенических исследований, гигиеническое нормирование.</p> <p>2. Физические свойства воздуха - температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации, и ее влияние на здоровье человека.</p> <p>3. Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение – постоянные составные части воздуха, газообразные примеси, микроорганизмы, механические примеси. Источники загрязнения. Механизмы образования смога. Влияние загрязнения атмосферного воздуха на здоровье и санитарные условия жизни населения.</p> <p><u>Внеаудиторная самостоятельная работа.</u></p> <p>Подготовка реферата с мультимедийной презентацией (распределение тем всем студентам на весь курс изучения дисциплины, темы прилагаются) Составление таблицы по теме: «Строение земной атмосферы».</p> <p>Практические занятия. №1 <u>Воздух, его физические и химические свойства.</u></p> <p>1.Изучение приборов, методик для измерения физических параметров воздушной среды.</p> <p>Аудиторная самостоятельная работа.</p> <p>Изучение устройства и методики работы приборов для измерения физических параметров воздушной среды, зарисовка их в дневник практических занятий.</p>	<p>2</p> <p>4* 1т</p> <p>2</p>	<p>1</p> <p>2</p> <p>2</p>
<p>Тема №2 Воздух, его гигиеническое и экологическое значение.</p>	<p>Теоретическое занятие №2: <u>Воздух, его гигиеническое и экологическое значение.</u> <u>Содержание учебного материала:</u></p> <p>1.Принципы защиты воздушной среды. Мероприятия по профилактике загрязнений атмосферного воздуха. Представление о технологических, санитарно – технических мероприятиях.</p> <p>2.Меры планировочного характера для защиты населения от воздействия источников загрязнения воздушной среды. Роль зеленых насаждений. Значение благоустройства. Понятие о ПДК.</p>	<p>2</p>	<p>1</p>

	<p>Практические занятия №2 <u>Воздух, его гигиеническое и экологическое значение.</u> 1. Определение и гигиеническая оценка гигиенических параметров воздушной среды в помещении. Методы определения бактериологического загрязнения воздуха :седиментационный и аспирационный. Прибор Кротова. Роза ветров. Аудиторная самостоятельная работа. 1. Изучение методики определения бактериологического загрязнения воздуха :седиментационный и аспирационный. 2. Решение задачи построение розы ветров для г. Саратова</p>	2	2
<p>Тема № 3 Вода, ее гигиеническое и экологическое значение</p>	<p>Теоретическое занятие №3:<u>Вода, ее гигиеническое и экологическое значение.</u> Содержание учебного материала: 1. Физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды. 2. Органолептические свойства воды. Химический состав. Влияние загрязнения воды на здоровье 3. Заболевания, обусловленные необычным минеральным составом природных вод. Инфекционные заболевания, гельминтозы, передаваемые водным путем. Условия и сроки выживания патогенных микроорганизмов в воде. Особенности водных эпидемий. 4. 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. Контроль внеаудиторной самостоятельной работы Заслушать рефераты</p>	2	1
	<p>Практическое занятие № 3 <u>Вода, ее гигиеническое и экологическое значение.</u> Отбор проб воды. Определение органолептических свойств воды. Гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов. Определение активности остаточного хлора. Аудиторная самостоятельная работа. 1. Определение запаха, вкуса, цветности и мутности воды выданного образца. 2. Решение ситуационной задачи – анализ воды, взятой из источника.</p>	2	2
<p>Тема № 4: Гигиена жилых и общественных</p>	<p>Теоретическое занятие № 4:<u>Гигиена жилых и общественных зданий.</u> Содержание учебного материала: 1. Урбанизация и экология человека. Микроклимат города. Городской шум и профилактика его</p>	2	1

<p>зданий</p>	<p>вредного воздействия. Гигиенические принципы планировки и застройки населенных мест. 2.Совокупное воздействие жилищных условий (физические, химические, биологические факторы) и степени их благоустройства на жизнедеятельность и здоровье человека. 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. Контроль внеаудиторной самостоятельной работы Заслушать рефераты</p> <p>Практическое занятие. № 4. <u>Гигиена жилых и общественных зданий.</u> Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения. Аудиторная самостоятельная работа. Определение естественной и искусственной освещенности методами КЕО, СК, ВАТТ. Оценка характера и степени освещенности учебного класса (выводы). Решение задачи</p> <p><u>Внеаудиторная самостоятельная работа.</u> - решение ситуационной задачи - оценить характер и степень освещенности жилой комнаты.</p>	<p>2</p> <p>1з</p>	<p>2</p> <p>2</p>
<p>Тема № 5: Гигиенические основы питания.</p>	<p>Теоретическое занятие №5:<u>Гигиенические основы питания.</u> <u>Содержание учебного материала:</u> 1.Обмен веществ и энергии в организме. Энергетический баланс. 2.Белки: их значение для жизни, роста и развития организма. Состав белков. Заменяемые и незаменимые аминокислоты. Основные источники белков в питании. 3.Жиры: их значение в питании. Полиненасыщенные жирные кислоты, их значение, источники. 4.Углеводы: их значение в питании. Гигиеническая характеристика и источники отдельных видов углеводов: моносахаридов (глюкозы, фруктозы), дисахаридов (сахарозы, лактозы), полисахаридов (крахмала, пектиновых веществ, клетчатки). 5. 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. Контроль внеаудиторной самостоятельной работы Заслушать рефераты</p>	<p>2</p>	<p>1</p>

	<p>Практическое занятие № 5 <u>Гигиенические основы питания.</u> Органолептическая оценка пищевых продуктов. Аудиторная самостоятельная работа. Оценка пищевых продуктов по вкусу, цвету и запаху.</p>	2	2
<p>Тема № 6: Основные принципы рационального питания.</p>	<p>Теоретическое занятие № 6:<u>Основные принципы рационального питания.</u> Содержание учебного материала: 1.Рациональное питание. 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. 2.Лечебное питание. Характеристика основных лечебных диет. Особенности кулинарной обработки при приготовлении диетических блюд. 3. Витамины, их классификация. Профилактика гиповитаминозов. Витаминизация продуктов и готовой пищи. 4.Рекомендуемые величины физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения. Контроль внеаудиторной самостоятельной работы Заслушать рефераты <u>Внеаудиторная самостоятельная работа</u> Расчет обеспеченности рациона белками, жирами, углеводами, энергией.</p>	2	1
	<p>Практическое занятие № 6 <u>Основные принципы рационального питания.</u> Оценка рациона питания взрослого населения. Аудиторная самостоятельная работа. Изучение методики составления меню-раскладки , анализ по калорийности и качеству питания. Решение задачи оценка рациона питания студента. <u>Контроль внеаудиторной самостоятельной работы</u> Расчет обеспеченности рациона белками, жирами, углеводами, энергией.</p>	2	2
<p>Тема № 7:Состояние здоровья и физического</p>	<p>Теоретическое занятие № 7:<u>Состояние здоровья и физического развития детей.</u> Содержание учебного материала: 1.Здоровье детского населения. Группы здоровья. Физическое развитие детей и подростков как критерий здоровья. Методы исследования и оценки физического развития детей и подростков.</p>	2	1

<p>развития детей.</p>	<p>Явление акселерации и децелерации. 2. Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп. Основные гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса. Гигиена физического воспитания детей и подростков. Контроль внеаудиторной самостоятельной работы Заслушать рефераты</p> <p>Практические занятия № 7 <u>Состояние здоровья и физического развития детей.</u> Оценка состояния здоровья детей: соматоскопические, соматометрические, физиологические. Методика определения плоскостопия. Аудиторная самостоятельная работа. Изучение методики оценки состояния здоровья детей. Изучение методики определения формы стопы (плантографии) Внеаудиторная самостоятельная работа. Сделать оценку плантографии и своего физического развития</p>	<p>2</p> <p>40</p>	<p>2</p> <p>2</p>
<p>Тема № 8. Экология человека .</p>	<p>Теоретическое занятие № 8 <u>Экология человека</u> Содержание учебного материала: 1. Планировка детских и подростковых учреждений. Требования к участкам, зданиям общеобразовательных школ, дошкольных образовательных учреждений. 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. 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. Контроль внеаудиторной самостоятельной работы Заслушать рефераты</p> <p>Практические занятия № 8 <u>Экология человека .</u> Гигиеническая оценка школьной мебели и микроклимата в учебных помещениях. Аудиторная самостоятельная работа. Детская мебель как фактор профилактики утомления, близорукости, нарушений осанки. Гигиенические требования к школьной мебели, правила ее подбора и расстановки. Правила рассаживания детей в школьных классах. Размеры школьной мебели в зависимости от роста</p>	<p>2</p> <p>2</p>	<p>1</p> <p>2</p>

<p>Тема № 9 Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования</p>	<p>ребенка, варианты маркировки. Требования ГОСТа к школьной мебели. Определение показателей микроклимата в учебных помещениях.</p> <p>Теоретическое занятие № 9: Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования. Содержание учебного материала: 1. Факторы, влияющие на здоровье человека: образ жизни (50%), окружающая среда (30%), генетический фактор (20%), медицинское обслуживание (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. Внеаудиторная самостоятельная работа Подготовить агитационно-информационное сообщение по вопросам формирования здорового образа жизни. (санитарные бюллетени, листовки, памятки, лозунги, брошюры, буклеты, слайды, плакаты, схемы и др.)</p> <p>Практическое занятие № 9. Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования. Гигиенические основы здорового образа жизни. Аудиторная самостоятельная работа. Самооценка физической тренированности. Тесты для определения биоритмальной активности, реактивной и личностной тревожности, стрессовых ситуаций. Контроль внеаудиторной самостоятельной работы. оценка плантографии и своего физического развития</p>	<p>2</p> <p>бзож</p> <p>2</p>	<p>1</p> <p>2</p>
<p>Тема № 10 Гигиеническое воспитание населения.</p>	<p>Теоретическое занятие № 10: Гигиеническое воспитание населения. Гигиена труда. Содержание учебного материала: 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. 5. Гигиена труда. Трудовая деятельность и физиологические функции организма. Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика.</p>	<p>2</p>	<p>1</p>

	<p>6.Классификация вредных производственных факторов: физических, химических, биологических, нервно – психических, механических.</p> <p>7.Общие понятия о профессиональных болезнях .</p> <p><u>Внеаудиторная самостоятельная работа</u> Подготовить реферативное сообщение на тему « Гигиенические особенности в трудовой деятельности фельдшера»</p> <p><u>Практические занятия № 10 Гигиеническое воспитание населения.</u> Оформление санитарных бюллетеней, памяток, буклетов. Выступление перед аудиторией с агитационно-информационным сообщением по вопросам формирования здорового образа жизни.</p> <p><u>Аудиторная самостоятельная работа.</u> Защита агитационно-информационных сообщений по вопросу формирования здорового образа жизни, подготовленных для различных групп населения по социальному статусу и возрасту. (санитарные бюллетени, листовки, памятки, лозунги, брошюры, буклеты, слайды, плакаты, схемы и др.) Консультация.</p> <p><u>Практическое занятие № 11 Гигиена труда.</u> <u>Аудиторная самостоятельная работа.</u> Гигиена труда. Трудовая деятельность и физиологические функции организма. Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика. Классификация вредных производственных факторов: физических, химических, биологических, нервно – психических, механических. Общие понятия о профессиональных болезнях.</p> <p><u>Контроль внеаудиторной самостоятельной работы</u> реферативное сообщение на тему «Гигиенические особенности в трудовой деятельности фельдшера»</p> <p><u>Практическое занятие №12 Дифференцированный зачет</u></p>	<p>2р</p> <p>2</p> <p>2к</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>
	<p>Итого Максимальная учебная нагрузка 66 часа, в том числе: обязательная аудиторная учебная нагрузка 42 часа;(теория 20ч., практика-24ч.) самостоятельная работа 22 часа.</p>		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП 06. Гигиена и экология человека

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

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

Оборудование учебного кабинета:

- столы, стулья для преподавателя и студентов;
- шкафы для хранения приборов, наглядных пособий, учебно – методической документации

Технические средства обучения:

- компьютер;
- интерактивная доска;
- мультимедийный проектор;

Приборы и оснащение:

- термометры,
- гигрометры,
- анемометры,
- психрометры,
- барометры – анероиды,
- емкости для отбора проб воды,
- спиртовки,
- лабораторная посуда,
- люксметр.

3.2. Информационное обеспечение обучения.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Основные источники:

1. Архангельский В.И., Гигиена и экология человека [Электронный ресурс] / Архангельский, Владимир Иванович - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 176 с. - ISBN 978-5-9704-3731-5 - Режим доступа: <http://www.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970437315.html>
2. Гигиена и экология человека. Под редакцией В.М.Глиненко М. «ГЭОТАР – Медиа» 2019

Дополнительные источники:

1. Борисова Г.Н., Гайнутдинова С.В., Мавзютова И.П., Разбежкина Н.Ю. Сохрани свое здоровье. - Изд. 2-е исп. и доп. - Казань: КМК, 2007. - 32 с.
2. Ванханен В.Д. Практическое руководство по гигиене питания. Медицина . 2009., 256с.
3. Гайнутдинова С.В., Неделько О.И. Гигиеническое воспитание населения. - Изд. 2-е исп. и доп. - Казань: КМК, 2008. - 42 с.
4. Дрожжина Н.А., Фомина А.В., Кича Д.И. «Общая гигиена. Руководство к практическим занятиям» Учеб. пособие. – М., 2008. – 211 с
5. Крымская И.Г. Гигиена и основы экологии человека: Учебное пособие Ростов-на-Дону 2013г. 351с
6. Пивоваров Ю.П., Королик В.В., Зиневич Л.С. Гигиена и основы экологии человека. – М.: Академия, 2008 -528с.
7. 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. Т.В.Рябчиковой. – М.: ФГОУ «ВУНМИЦ Росздрава», 2008 – 224с.
8. Э.Д. Рубан. – Гигиена и основы экологии человека. Ростов н / Д: - Феникс, 2007. - 351с.

3.3. Общие требования к организации образовательного процесса.

Обучение проводится в виде лекционных и семинарско-практических занятий. Строится с использованием активных методов обучения, сочетающих аудиторное занятие с самостоятельной работой студентов. Широко используется наглядно-иллюстративный материал в виде презентаций, таблиц, схем. На практических занятиях в ходе формирования общих и профессиональных компетенций от студентов требуется показать гигиеническое и экологическое образование, развитие умения оперировать гигиенической терминологией, умение решать ситуационные задачи, умение составления и оформления заключений, работа с нормативными документами что, несомненно, пригодится в их дальнейшей профессиональной деятельности.

Внеаудиторная самостоятельная работа предполагает работу с дополнительной литературой, написание реферата, создание презентаций, составление тематических кроссвордов, заполнение и составление сводных таблиц, самостоятельное изучение нормативных документов, подготовить агитационно-информационное сообщение по вопросам формирования здорового образа жизни.(санитарные бюллетени, листовки, памятки, лозунги, брошюры, буклеты, слайды, плакаты, схемы и др.) реферативное сообщение, решение ситуационных задач, расчёт обеспеченности рациона белками, жирами, углеводами, энергией.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП 06. Гигиена и экология человека.

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем на семинарско-практических занятиях в виде фронтального письменного или индивидуального устного опроса, решение ситуационных задач, тестовых заданий, контроль практических навыков, составление и заполнение заключений, проводится оценка реферативной работы, составление памяток и презентаций. При этом используется индивидуальный подход к студентам, и применяются задания различной степени сложности.

4.2. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.

Результаты обучения (усвоенные знания, освоенные умения)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения.
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:</p> <p>1.Современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы:</p> <ul style="list-style-type: none">- изменение климата,-кислотные дожди,- «озоновые дыры»,-сокращение площади лесов - «легких планеты»,-загрязнение мирового океана,-сокращение разнообразия биологических видов. <p>2.Факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека:</p> <ul style="list-style-type: none">- природные;- антропогенные. <p>3.Основные положения гигиены.</p> <p>4.Гигиенические принципы организации здорового образа жизни:</p> <ul style="list-style-type: none">- режим труда и отдыха;-правильное питание;-физическая активность;-психологический комфорт;-отсутствие вредных привычек;-личная гигиена;- экологическая грамотность. <p>5.Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения:</p> <ul style="list-style-type: none">-устный;-печатный;-изобразительный (наглядный);-комбинированный.	<p>Рекомендуются различные формы и методы контроля освоения дисциплины:</p> <ul style="list-style-type: none">-устный индивидуальный опрос;-фронтальный письменный опрос;-графический диктант;-выполнение тестовых заданий;-решение ситуационных задач;-составление сводных таблиц, схем;-составление тематических кроссвордов, презентаций;-подготовка реферативных сообщений,-оценка аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы студентов.
<p>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</p>	<ul style="list-style-type: none">-тестовый контроль;-решение ситуационных задач;

<p>1. Давать санитарно – гигиеническую оценку факторам окружающей среды.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -оценка аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы студентов; --работа с нормативной документацией; -подготовка рефератов, презентаций; -наблюдение и оценка выполнения практических действий: -определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении; -определение органолептических свойств воды; --гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения; -органолептическая оценка пищевых продуктов; -оценка рациона питания взрослого населения; -гигиеническая оценка школьной мебели и микроклимата в учебных помещениях
<p>2. Проводить санитарно – гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -тестовый контроль; -решение ситуационных задач; -оценка аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы студентов; -подготовка рефератов, презентаций; -наблюдение и оценка выполнения практических действий: -гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов; -гигиеническая оценка режима дня в детском дошкольном учреждении и расписания уроков в школе; -оценка физического развития детей и подростков; -гигиеническая оценка школьной мебели и микроклимата в учебных помещениях
<p>3. Проводить гигиеническое обучение и воспитание населения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -тестовый контроль; -решение ситуационных задач; -оценка аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы студентов; -подготовка рефератов; -защита санитарных бюллетеней, памяток, презентаций; -наблюдение и оценка выполнения практических действий: -выступление перед аудиторией с агитационно-информационным сообщением по вопросам формирования здорового образа жизни; -оформление санитарных бюллетеней, памяток; -оформление плакатов, презентаций.

5. ПРИЛОЖЕНИЯ

5.1 Тематический план учебной дисциплины.

Тема	макс. нагрузка	аудиторная			внеаудиторная самостоятельная работа, в том числе консультации
		всего	теория	практика	
1. Воздух, его физические и химические свойства.	4	4	2	2-	4*
2. Воздух, его гигиеническое и экологическое значение.	5	4	2	2	1т
3. Вода, ее гигиеническое и экологическое значение.	4	4	2	2	-
4. Гигиена жилых и общественных зданий.	5	4	2	2	1з
5. Гигиенические основы питания.	4	4	2	2	
6. Основные принципы рационального питания.	6	4	2	2	2п.
7. Состояние здоровья и физического развития детей.	8	4	2	2	4о
8.. Экология человека .	4	4	2	2	
9. Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования.	10	4	2	2	6 зож
10. Гигиеническое воспитание населения.	6	4	2	2	2р
11. Гигиена труда.	4	2		2	Конс. 2
12. Дифзачет	2	2		2	
Итого:	66	44	20	24	22

5.2. Примерные темы для написания рефератов:

1. «Законодательство РФ об охране атмосферного воздуха, воды, почвы».
2. «Использование воды в оздоровительных целях и водолечении».
3. «Современные методы обеззараживания воды».
4. «Препараты, используемые для хлорирования».
5. «Болезни животных, передающиеся человеку через мясо, молоко».
6. «Рыба как фактор передачи гельминтозов».
7. «Значение режима дня для здоровья».
- 8 «Вредные привычки».
9. «Роль витаминов в организме человека. Источники витаминов».
10. «БАДы, виды и значение».
11. «Питание при умственном труде».
12. «Питание при физическом труде».
13. «Питание в пожилом возрасте».
14. «Производственный травматизм и меры борьбы с ним».
15. «Санитарные правила, нормы и приказы в области гигиены и охраны труда».
16. «Профессиональные вредности у медицинских работников».

17. «Гигиена труда медицинского персонала в ЛПУ».
18. «Профилактика ВИЧ-инфицирования».
- 19.«Школьные болезни, причины, профилактика».
- 20.«Влияние труда на физическое развитие и состояние здоровья подростков».
- 21.«Закаливание как элемент здорового образа жизни ».
- 22.«Правильная осанка – визитка здоровья человека».
- 23.«Закаливание, основные понятия, принципы и методы».
24. «Бани и здоровье».
25. «Профилактика простудных заболеваний».
26. «Коррекция питания для профилактики ожирения».
- 27.«Профилактика бессонницы».

5.3. Примерные темы для подготовки агитационно-информационных сообщений по вопросу формирования здорового образа жизни:

1. «Рациональное питание».
2. «Физическая активность».
3. «Профилактика заболеваний, связанных с несоблюдением здорового образа жизни».
4. «Взаимодействие учреждений здравоохранения в пропаганде ЗОЖ».
5. «Личная гигиена».