

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Махачева Ханна Гаджиевна
Должность: Директор
Дата подписания: 21.03.2024 10:05:52
Уникальный программный ключ:
371b5d585809df37735a05b1a085a874b2f3b2

Министерство Здравоохранения Республики Дагестан

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Республики Дагестан «Дагестанский базовый медицинский колледж им. Р.П.Аскерханова» (ГБПОУ РД «ДБМК»)

УТВЕРЖДЕНО
Методическим советом
протокол N 1 от 31.08.2023

РАССМОТРЕНО
Цикловой методической комиссией
преподавателей общемедицинских дисциплин N2
протокол N 1 от 31.08.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебной дисциплины
ОП.08 Гигиена и экология человека

Специальность 34.02.01. Сестринское дело (очно-заочная форма)

Квалификация: медицинская сестра/медицинский брат

МАХАЧКАЛА 2023

Рабочая программа ОП.08 Гигиена и экология человека разработана на основе:
Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 Сестринское дело утвержденного приказом Минпросвещения России от 04.07.2022 N 527 (Зарегистрировано в Минюсте России 29.07.2022 N 69452)
в соответствии с рабочим учебным планом по специальности.

Организация-разработчик:

- ГБПОУ РД «Дагестанский базовый медицинский колледж им. Р.П.Аскерханова»

Разработчики:

- Гамидова П.А., методист, преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ РД «ДБМК»
- Султанова Г.М., председатель ЦМК преподавателей общемедицинских дисциплин N 2, преподаватель высшей квалификационной категории ГБПОУ РД «ДБМК»;

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	4
1.1 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:.....	4
1.2 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины.....	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	6
2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.....	6
2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины.....	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	11
3.1 Требования к материально-техническому обеспечению.....	11
3.2 Информационное обеспечение обучения.....	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.08 Гигиена и экология человека

1.1 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.08 Гигиена и экология человека принадлежит общепрофессиональному циклу ОП.00. основной образовательной программы в соответствии с ФГОС специальности 34.02.01 Сестринское дело (очно-заочная форма).

1.2 Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Освоение дисциплины должно способствовать формированию общих компетенций:

- ОК 01. Выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам;
- ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;
- ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;
- ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;
- ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

Освоение дисциплины должно способствовать овладению профессиональными компетенциями:

- ПК 1.1. Организовывать рабочее место.
- ПК 1.2. Обеспечивать безопасную окружающую среду.
- ПК 3.1. Консультировать население по вопросам профилактики заболеваний.
- ПК 3.2. Пропагандировать здоровый образ жизни.

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

Коды ОК, ПК	Умения	Знания
ОК 01. ОК 02. ОК 05. ПК 1.2.	- давать санитарно – гигиеническую оценку факторам окружающей среды; - проводить санитарно – гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней;	- современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы; - факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека
ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 05. ОК 07. ПК 1.1. ПК 3.1 ПК 3.2.	- проводить гигиеническое обучение и воспитание населения	- основные положения гигиены; - гигиенические принципы организации здорового образа жизни; - методы, формы и средства гигиенического воспитания населения

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Общая трудоемкость	32
Учебная нагрузка обучающегося	
в том числе:	
Урок	20
Практические занятия	12
Консультации	
Самостоятельная работа	
Промежуточная аттестация в форме зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.08 Гигиена и экология человека

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем часов	Коды компетенций формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Предмет гигиены и экологии человека.		4 (4/0)	
Тема 1.1 Введение. Предмет и задачи гигиены, экологии и экологии человека. Методы гигиенических исследований.	Теоретическое занятие 1.Предмет и задачи гигиены и экологии человека. Содержание, взаимосвязь и место в системе биологических и медицинских наук. 2.Методы гигиенических исследований, гигиеническое нормирование. 3. Профилактика, виды профилактики. 4. История возникновения гигиены и экологии. 5. Основные понятия экологии. Биосфера, экологические факторы, категории организмов и виды взаимоотношений между живыми организмами.	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 05. ОК 07. ПК 1.1
Тема 1.2 Антропогенное воздействие на окружающую природную среду. Глобальные экологические проблемы. Гигиеническое значение климата и погоды.	Теоретическое занятие 1.Основные причины глобальных экологических проблем (изменение климата, кислотные дожди, «озоновые дыры», сокращение площади лесов, «легких планеты», загрязнение мирового океана, сокращение разнообразия биологических видов). 2.Влияние природных и антропогенных экологических факторов на здоровье населения. 3.Гигиеническое значение климата и погоды. Влияние погодных условий на организм человека. Метеотропные реакции. Метеочувствительность, ее критерии.	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 05. ОК 07. ПК 1.1
Раздел 2. Гигиена окружающей среды		12(6/4)	
Подраздел 2.1 Гигиена воздушной среды		4 (2/2)	
Тема 2.1.1 Атмосферный воздух его физические и химические свойства. Загрязнение воздушной среды.	Теоретическое занятие 1. Физические свойства воздуха - температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, их гигиеническое значение. 2.Характеристика солнечной радиации. 3.Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение. 4. Постоянные составные части воздуха, газообразные примеси, микроорганизмы, механические примеси. 5. Источники загрязнения. Влияние загрязнения атмосферного воздуха на здоровье и санитарные условия жизни населения.	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 05. ОК 07. ПК 1.1,1.2.

Тема 2.1.2 Гигиеническая характеристика воздушной среды закрытых помещений. Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении	Практическое занятие 1. Гигиеническая характеристика воздушной среды закрытых помещений. Теплообмен организма. 2. Влияние влажности воздуха на теплообмен. Направление ветра, роза ветров. 3. Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении. 4. Определение средней температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха. 5. Воздушная среда, как фактор распространения инфекционных заболеваний.	2	
Подраздел 2.2 Гигиена воды		4 (2/2)	
Тема 2.2.1 Вода, ее гигиеническое и экологическое значение. Методы улучшения качества питьевой воды.	Теоретическое занятие 1. Физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды. 2. Органолептические свойства воды. Химический состав. Эндемические заболевания, обусловленные минеральным составом природных вод. 3. Роль воды в возникновении инфекционных заболеваний. Инфекционные заболевания, гельминтозы, передаваемые водным путем. Персистентность. Особенности водных эпидемий. 4. Методы улучшения качества питьевой воды.	2	
Тема 2.2.2 Гигиеническая оценка качества питьевой воды. Определение органолептических свойств воды.	Практическое занятие 1. Гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов. 2. Жесткость воды, ПДК токсичных веществ, плотный остаток питьевой воды. 3. Бактериологические показатели качества питьевой воды. 4. Определение органолептических свойств воды (прозрачность, цветность, вкус и запах). 5. Химический состав воды, химические показатели загрязнения водисточников. 6. Обеззараживание воды хлорированием. Определение остаточного хлора.	2	
Подраздел 2.3. Гигиена почвы		2(2/0)	
Тема 2.3.1 Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение.	Теоретическое занятие 1. Гигиеническое значение состава и свойств почвы. 2. Структура, химический состав почвы. Значение примесей антропогенного характера. 3. Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы. 4. Проблемы накопления и утилизации отходов. Мероприятия по санитарной охране почвы. 5. Гигиенические требования к очистке населенных мест (сбор, транспортировка, хранение, обезвреживание и переработка твердых и жидких отходов). 6. Санитарная оценка почвы.	2	
Раздел 3. Гигиена жилища		2 (0/2)	

Тема 3.1. Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения.	Практическое занятие 1. Гигиенические основы рационального освещения. 2. Геометрические показатели естественного освещения, КЕО. 3. Искусственное освещение, типы осветительной арматуры, источники искусственного освещения.	2	ОК 01 ОК 02. ОК 04. ПК 1.1,1.2.
Раздел 4. Гигиена питания		8 (4/4)	
Тема 4.1. Гигиенические основы физиологии и биохимии питания.	Теоретическое занятие 1. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания. 2. Обмен веществ и энергии в организме. Энергетический баланс. 3. Белки: их значение для жизни, роста и развития организма. Состав белков. Заменяемые и незаменимые аминокислоты. Основные источники белков в питании. 4. Жиры: их значение в питании. Полиненасыщенные жирные кислоты, их значение, источники. 5. Углеводы: их значение в питании. Гигиеническая характеристика и источники отдельных видов углеводов: моносахаридов (глюкозы, фруктозы), дисахаридов (сахарозы, лактозы), полисахаридов (крахмала, пектиновых веществ, клетчатки). 6. 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. 7. Витамины, их классификация. Значение витаминов и их основные источники. Профилактика гиповитаминозов.	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 05. ОК 07. ПК 1.1,1.2.
Тема 4.2. Органолептическая оценка пищевых продуктов.	Практическое занятие 1. Органолептическая оценка пищевых продуктов Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов. 2. Пищевая и биологическая ценность основных продуктов питания: мяса, яиц, рыбы, молока и молочных продуктов, муки, круп, хлеба, овощей, плодов и их гигиенические показатели качества. 2. Болезни животных, передающиеся человеку через мясо, молоко. Рыба как фактор передачи гельминтозов. Профилактика	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 05. ОК 07. ПК 1.1,1.2,3.1,3.2
Тема 4.3 Оценка рациона питания взрослого населения.	Практическое занятие 1. Оценка рациона питания взрослого населения. 2. Подсчет энергетической ценности и химического состава пищевого рациона и его гигиеническая оценка.	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ПК 1.1,1.2.
Тема 4.4.	Теоретическое занятие	2	

Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно – профилактическое питание	1.Рациональное питание. Гигиенические требования к пищевому рациону, его энергетическая ценность и качественный состав, сбалансированность питательных веществ, усвояемость, разнообразие. 2.Рекомендуемые величины физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения. 3.Режим питания, часы и продолжительность приема пищи, кратность и интервалы между приемами, очередность приема блюд, распределение рациона по приемам пищи. 4. Лечебно-профилактическое питание.		ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 05. ОК 07. ПК 1.1,1.2.
Раздел 5. Гигиена труда		2(2/0)	
Тема 5.1 Влияние производственных факторов на здоровье и жизнедеятельность человека.	Теоретическое занятие 1.Трудовая деятельность и физиологические функции организма. 2. Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика. 3.Классификация, краткая характеристика вредных производственных факторов: физических, химических, биологических, нервно-психических, механических, факторов, обуславливающих динамическую и статическую нагрузку на опорно-двигательный аппарат.	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ПК1.1, 1.2.
Раздел 6. Гигиена детей и подростков		2(2/0)	
Тема 6.1. Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков.	Теоретическое занятие 1.Здоровье детского населения. Группы здоровья. Физическое развитие детей и подростков как критерий здоровья. 2. Методы исследования и оценки физического развития детей и подростков. 3.Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп. 4. Основные гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса. 5. Гигиена физического воспитания детей и подростков.	2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 05. ОК 07. ПК 1.1,1.2,3.1
Раздел 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения		4(2/2)	
Тема 7.1 Личная гигиена и гигиена одежды.	Теоретическое занятие 1. Личная гигиена и гигиена одежды. 2. Уход за кожей тела, полостью рта и зубами. 2.Физическая культура и закаливание.	2	ОК 01. ПК 1.2. ОК 02. ОК 04.
Тема 7.2 Основы гигиенического воспитания и формирования ЗОЖ.	Практическое занятие 1.ЗОЖ – как деятельность, направленная на сохранение, укрепление и улучшение здоровья. 2. Определение понятия «медицинская активность». 3. Методы, формы и средства гигиенического воспитания. 4. Выступление перед аудиторией с агитационно-информационным сообщением по вопросам формирования здорового образа жизни.	2	ОК 01. ПК 1.1. ОК 02. ПК 1.2. ОК 04. ПК 3.1,3.2 ОК 05. ОК 07.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

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

Оборудование учебного кабинета:

1. Мебель и стационарное оборудование

- доска классная;
- стол и стул для преподавателя;
- столы и стулья для студентов;
- общий рабочий стол для работы с реактивами;
- книжный шкаф;
- шкафы для инструментов и приборов.

2. Учебно-наглядные пособия

- плакаты, слайды, фотографии;
- плакаты и другие средства наглядной агитации, используемые в профилактической деятельности.

3. Аппаратура и приборы

- термометры,
- гигрометры,
- анемометры,
- барометры,
- емкости для отбора проб воды,
- спиртовки,
- лабораторная посуда,
- люксметр

Технические средства обучения:

- компьютер;
- мультимедийное оборудование;
- экран

3.2. Информационное обеспечение обучения

3.2.1. Основные печатные источники

1. В.И. Архангельский Гигиена и экология человека: учебник -ГЭОТАР-Медиа, 2023г

3.2.2 Дополнительные источники

1. Лутошина Г.Г. Гигиена и санитария общественного питания: Учебное пособие / Лутошина Г.Г.-М.:Akademia,2019г
2. В.М. Глиненко Гигиена и экология человека: учебник - ГЭОТАР-Медиа, 2019г
3. Гигиена: учебное пособие. Том2/Б.Д. Минаев, Ю.Н.Голодников, Н.И. Кучерко – Ставрополь: Изд-во СтГМУ, 2018г
4. И.Г. Крымская Гигиена и экология человека: учебное пособие - РнД: Феникс, 2020г

3.2.3. Основные электронные издания

1. <http://www.wikipedia.org>
2. <https://www.student.ru>
3. <https://www.portal.studenta.ru>
4. <https://www.biblioteka.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины: 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	«Отлично» - теоретическое содержание программы освоено полностью, без пробелов, умения сформированы, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено высоко. «Хорошо» - теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов, некоторые умения сформированы недостаточно, все предусмотренные программой учебные задания выполнены, некоторые виды заданий выполнены с ошибками. «Удовлетворительно» - теоретическое содержание курса освоено частично, но пробелы не носят существенного характера,	– Письменная проверка – Устный опрос – Тестирование – Оценка выполнения самостоятельной работы
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины:		– Защита выполненной самостоятельной

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.	необходимые умения в основном сформированы, большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий содержат ошибки. «Неудовлетворительно» - теоретическое содержание курса не освоено, умения не сформированы, выполненные учебные задания содержат грубые ошибки.	работы – Наблюдение за выполнением практического задания (деятельностью студента) – Оценка выполнения практического задания
---	--	---