

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Павлов Валентин Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 25.06.2025 17:43:01

Уникальный программный идентификатор:

a562210a8a161d1bc9a54c4a0a5e820ac76b9d73665849e6d6db2e5a4e71d6ee

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(ФГБОУ ВО БГМУ МИНЗДРАВА РОССИИ)

Медицинский колледж

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

В.Е. Изосимова

« 27 »  2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ГИГИЕНА»

Уровень образования

Среднее профессиональное образование

Специальность

34.02.01 *Сестринское дело*

Квалификация

Медицинская сестра

Форма обучения

Очная

Год начала подготовки: 2025

Уфа – 2025

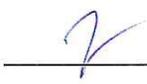
При разработке рабочей программы дисциплины «Гигиена» в основу положены:

1) ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 527 от «04» июля 2022 г;

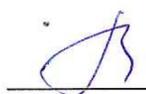
2) учебный план по специальности 34.02.01 Сестринское дело, утвержденный ученым советом ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России от 27.05.2025 г., протокол № 5;

3) приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 475н от «31» июля 2020 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Медицинская сестра/Медицинский брат».

Рабочая программа дисциплины «Гигиена» одобрена на заседании ЦМК социально-гуманитарного и общепрофессионального цикла «Р» 04 2025 г., протокол № 7.

Председатель ЦМК СГЦ и ОПЦ  / Р.Р. Гайсина

Рабочая программа дисциплины «Гигиена» одобрена на УМС медицинского колледжа от «29» 04 2025 г., протокол № 8.

Председатель УМС
медицинского колледжа  / Т.З. Галейшина

Разработчики:

Ибраев В.Р., преподаватель медицинского колледжа ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ГИГИЕНА»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Дисциплина «Гигиена» является обязательной частью Общего гуманитарного и социально-экономического цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 34.02.05 Сестринское дело

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 04, ОК 05, ОК 06, ОК 09.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 09	- вести и пропагандировать здоровый образ жизни.	- основные положения гигиены и санитарии; - роль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населения; - правовые основы рационального природопользования; - значение гигиены в профессиональной деятельности.

Освоение программы учебной дисциплины способствует формированию общих (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций:

ОК 01 Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 02 Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 04 Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5 Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации с учетом особенностей социального и культурного контекста;

ОК 6 Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей, в том числе с учетом гармонизации межнациональных и межрелигиозных отношений, применять стандарты антикоррупционного поведения;

ОК 9 Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы дисциплины	36
в т.ч. в форме практической подготовки	16
в т. ч.:	
теоретическое обучение	18
практические занятия	16
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено для специальностей)</i>	-
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	2

2.2. Тематический план и содержание дисциплины «Гигиена»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся		Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч.	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
Раздел 1. Основы общей гигиены			2/0	
Тема 1.1. Предмет гигиены и экологии человека.	Содержание учебного материала		2/0	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 09
1.	Предмет гигиены и экологии человека. 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.			
2.	Краткая история возникновения гигиены, экологии и экологии человека.			
3.	Характеристика результатов антропогенного воздействия на окружающую природную среду, основные причины глобальных экологических проблем. Влияние природных и антропогенных экологических факторов на здоровье населения. Гигиеническое значение климата и погоды.			
4.	Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотрбнадзор), ее структура, виды деятельности, задачи, функции.			
Раздел 2. Гигиена окружающей среды			12/6	
Тема 2.1. Атмосферный воздух его физические и химические свойства,	Содержание учебного материала		4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05
1.	Физические свойства воздуха - температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации.			

гигиеническое и экологическое значение	2.	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.		ОК 06 ОК 09
	3.	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.		
	<i>Практическое занятие № 1</i> Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении.			
Тема 2.2. Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение	<i>Содержание учебного материала</i>		4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 09
	1.	Физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды.		
	2.	Органолептические свойства воды. Химический состав. 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.		
	3.	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.		
<i>Практическое занятие № 2</i> Гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов.		2		
Тема 2.3. Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и	<i>Содержание учебного материала</i>		4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05
	1.	Гигиеническое значение состава и свойств почвы. Почвенный воздух, пористость, капиллярность. Химический состав почвы. Значение примесей антропогенного характера. Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы.		

экологическое значение	2.	Проблемы накопления и утилизации отходов. Мероприятия по санитарной охране почвы. Гигиенические требования к очистке населенных мест (сбор, транспортировка, хранение, обезвреживание, переработка твердых и жидких отходов). Санитарная оценка почвы.		ОК 06 ОК 09
		<i>Практическое занятие № 3</i> Санитарно-гигиенические мероприятия по охране почвы.	2	
Раздел 3. Гигиена жилья			4/2	
Тема 3.1. Гигиенические основы планировки и благоустройства зданий. Гигиена жилых и общественных зданий	<i>Содержание учебного материала</i>		4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 09
	1.	Урбанизация и экология человека. Микроклимат города. Городской шум и профилактика его вредного воздействия. Гигиенические принципы планировки и застройки населенных мест. Гигиеническое значение озеленения.		
	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.		
	<i>Практическое занятие № 4</i> Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения.		2	
Раздел 4. Гигиена питания			12/6	
Тема 4.1. Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания	<i>Содержание учебного материала</i>		4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 09
	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. 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.		
	6.	Витамины, их классификация. Значение витаминов и их основные источники. Профилактика гиповитаминозов. Витаминизация продуктов и готовой пищи.		
	7.	Рекомендуемые величины физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения.		
	<i>Практическое занятие №5</i> Определение потребностей организма в витаминах и минеральных веществах.		2	
Тема 4.2. Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно – профилактическое питание	<i>Содержание учебного материала</i>		4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 09
	1.	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.		
	2.	Лечебное питание. Характеристика основных лечебных диет. Механическое, химическое и термическое щажение в питании. Особенности кулинарной обработки при приготовлении диетических блюд.		
	<i>Практическое занятие № 6</i> Оценка рациона питания взрослого населения.		2	
Тема 4.3. Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика	<i>Содержание учебного материала</i>		4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 09
	1.	Заболевания, обусловленные недостаточным питанием. Болезни недостаточности питания, связанные с недостатком в рационе белков, витаминов, минеральных веществ. Болезни избыточного питания		
	2.	Болезни животных, передающиеся человеку через мясо, молоко. Рыба как фактор передачи гельминтозов. Профилактика.		
	3.	Понятие о пищевых отравлениях и их классификация.		
	<i>Практическое занятие №7</i> Определение потребностей организма в белках, жирах, углеводах.		2	
Раздел 5. Гигиена труда			4/2	
Тема 5.1. Основы гигиены труда	<i>Содержание учебного материала</i>		4/2	ОК 01 ОК 02
	1.	Трудовая деятельность и физиологические функции организма.		

медицинского персонала.	2.	Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика.		ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 09
	3.	Классификация, краткая характеристика вредных производственных факторов: физических, химических, биологических, нервно – психических, механических - факторов, обуславливающих динамическую и статическую нагрузку на опорно – двигательный аппарат.		
	4.	Общие понятия о профессиональных болезнях – заболеваниях, возникающих в результате воздействия на организм вредных производственных факторов.		
	5.	Производственный травматизм и меры борьбы с ним.		
	6.	Характеристика труда медицинских работников. Профессиональные вредности работы медицинских работников		
	7.	Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика.		
	8.	Формирование эколого-гигиенического мировоззрения медицинских работников.		
		Практическое занятие №8 Выявление профессиональных вредностей работы медицинских работников		
Итоговое занятие	Промежуточная аттестация (дифференцированный зачет)	2		
Всего		36/16/2		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия кабинета гигиены и экологии человека.

Оборудование кабинета:

- столы, стулья для преподавателя и студентов;
- шкафы для хранения приборов, наглядных пособий, учебно – методической документации;
- доска классная;
- приборы: термометры, гигрометры, анемометры, кататермометры, барометры – анероиды, термографы, гигрографы, барографы, емкости для отбора проб воды, спиртовки, лабораторная посуда, люксметр

Технические средства обучения:

- компьютеры;
- интерактивная доска;
- мультимедийный проектор

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Архангельский, В. И. *Гигиена и экология человека* : учебник / Архангельский В. И. , Кириллов В. Ф. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 176 с. - Текст : электронный // URL : Режим доступа : ЭБС «Консультант студента» <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970452608.html>
2. Глиненко, В. М. *Гигиена и экология человека* : учебник / под ред. В. М. Глиненко. - Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. - 256 с. - Текст : электронный // URL : Режим доступа : ЭБС «Консультант студента» <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970462416.html>
3. Глиненко, В. М. *Гигиена и экология человека*: учебник / ред. В. М. Глиненко. - М. : ГЭОТАР-МЕДИА, 2019. - 228 с.
4. Дьякова, Н. А. *Гигиена и экология человека* : учебник / Н. А. Дьякова, С. П. Гапонов, А. И. Сливкин. — Санкт-Петербург : Лань, 2020. — 300 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: Режим доступа: ЭБС «Лань» <https://e.lanbook.com/book/143690>

Дополнительные источники:

1. Гигиена и санитария общественного питания [Электронный ресурс]: учеб. пособие/ А.М. Бондарук [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Минск: Республиканский институт профессионального образования, 2017.— 136 с. – on-line. — Режим доступа: ЭБС «Ай Пи Эр Букс» <http://www.iprbookshop.ru/67624.html>.
2. Гигиена и экология человека [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И.И. Бурак [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Минск: Вышэйшая школа, 2015. — on-line. — Режим доступа: ЭБС «Ай Пи Эр Букс» <http://www.iprbookshop.ru/48002.html>
3. Другов, Ю.С. Анализ загрязненной воды: практическое руководство [Электронный ресурс]: руководство / Ю.С. Другов, А.А. Родин. — Электрон. текстовые данные. — М.: Лаборатория знаний, 2015. — on-line. — Режим доступа: ЭБС «Лань» <https://e.lanbook.com/book/66218>
4. Другов, Ю.С. Анализ загрязненной почвы и опасных отходов [Электронный ресурс] / Ю.С. Другов, А.А. Родин. — Электрон. текстовые данные. — М.: Лаборатория знаний, 2015. — on-line. — Режим доступа: ЭБС «Лань» <https://e.lanbook.com/book/70699>.
5. Прикладная экобиотехнология: в 2 т. (комплект) [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.Е. Кузнецов, Н.Б. Градова, С.В. Лушников, М. Энгельхарт. — Электрон. текстовые данные. — М.: Лаборатория знаний, 2015. — on-line. — Режим доступа: ЭБС «Лань» <https://e.lanbook.com/book/70788>
6. Флянку И.П. Гигиеническая характеристика качества воздушной среды и санитарно-технических систем спортивных сооружений [Электронный ресурс] : учеб. пособие / И.П. Флянку, Н.В. Семенова, Ф.И. Разгонов. — Электрон. текстовые данные. — Омск: Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, 2014. — on-line. — Режим доступа: ЭБС «Ай Пи Эр Букс» <http://www.iprbookshop.ru/64950.html>

Интернет-ресурсы:

1. Электронно-библиотечная система «IPRbooks» - <http://www.iprbookshop.ru>
2. Электронно-библиотечная система «Консультант студента» для ВПО - www.studmedlib.ru
3. Электронно-библиотечная система «Лань» - <https://e.lanbook.com>
4. Электронно-библиотечная система eLIBRARY. Коллекция российских научных журналов по медицине и здравоохранению - <http://elibrary.ru>

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания):	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения	
Вести и пропагандировать здоровый образ жизни;	Тестовый контроль с применением информационных технологий. Решение ситуационных задач. Деловая игра. Наблюдение и оценка выполнения практических действий.
Знания	
Основные положения гигиены и санитарии;	Тестовый контроль с применением информационных технологий Решение ситуационных задач Анализ современного состояния окружающей среды. Наблюдение и оценка выполнения практических действий
Роль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населения;	Тестовый контроль с применением информационных технологий Решение ситуационных задач Наблюдение и оценка выполнения практических действий
Правовые основы рационального природопользования;	Тестовый контроль с применением информационных технологий Решение ситуационных задач Наблюдение и оценка выполнения практических действий
Значение гигиены в фармацевтической деятельности;	Тестовый контроль с применением информационных технологий Решение ситуационных задач Наблюдение и оценка выполнения практических действий