

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Павлов Валентин Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 02.07.2024 14:48:52

Уникальный программный ключ:

a562210a8a161d1bc9a34c4d1e11c7b19f36b34ee65d7a5be01bca

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Медицинский колледж



УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по учебной работе  
Валентин Д.А.

2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«ГИГИЕНА»**

Уровень образования

Среднее профессиональное образование

Специальность

31.02.01 Лечебное дело

Квалификация

Фельдшер

Форма обучения

Очная

Для приема: 2024

Уфа – 2024


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

- 1) ФГОС СПО по специальности 31.02.01 Лечебное дело, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 526 от «04» июля 2022 г.;
- 2) учебный план по специальности 31.02.01 Лечебное дело, утвержденный Ученым советом ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России от «30» мая 2024 г., протокол № 5;
- 3) Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 470н от «31» июля 2020 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Фельдшер».

Рабочая программа дисциплины «Гигиена» одобрена на заседании ЦМК ОГСЭ и ОП дисциплин «29» апреля 2024 г., протокол № 8.

Председатель ЦМК  /Матюшина Ю.Е.

Рабочая программа дисциплины «Гигиена» одобрена на УМС медицинского колледжа от «13» мая 2024 г., протокол № 9.

Председатель УМС  
Медицинского колледжа  /Галейшина Т.З.

**Разработчики:**

Галейшина Танзиля Зигангировна – заместитель директора по учебной работе  
Матюшина Ю.Е. – председатель цикловой методической комиссии ОГСЭ и ОП дисциплин,  
преподаватель ОГСЭ и ОП дисциплин  
Ибраев В.Р. – преподаватель ОГСЭ и ОП дисциплин

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>6</b>
<b>3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>15</b>
<b>4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>17</b>

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ГИГИЕНА»

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Гигиена» является вариативной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 31.02.01 Лечебное дело.

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

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения учебной дисциплины

Код ПК, ОК, ЛР	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 09 ЛР 1- ЛР 15	использовать полученные знания и умения в разработке программ саморазвития, 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;

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Вид учебной работы	Объем в часах
<b>Объем образовательной программы учебной дисциплины</b>	<b>48</b>
<b>в т.ч. в форме практической подготовки</b>	<b>22</b>
в т. ч.:	
теоретическое обучение	24
практические занятия	24
<i>Самостоятельная работа</i>	-
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>	<b>2</b>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

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
<b>Раздел 1. Основы общей гигиены</b>			
<b>Тема 1.1. Предмет гигиены и экологии человека</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2/0	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1.  ЛР 10.
	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		
<b>Раздел 2. Гигиена окружающей среды</b>			
<b>Тема 2.1. Атмосферный воздух его физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4/2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.
	1. Физические свойства воздуха - температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации		
	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		
	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		
	<b>В том числе практические занятия:</b> 1. Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении.	2	

<b>Тема 2.2. Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4/2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.
	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		
	<b>В том числе практические занятия:</b> 1. Гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов.	2	
<b>Тема 2.3. Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4/2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.
	1. Гигиеническое значение состава и свойств почвы. Почвенный воздух, пористость, капиллярность. Химический состав почвы. Значение примесей антропогенного характера. Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы		
	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		

		<b>В том числе практические занятия:</b> 1. Санитарно-гигиенические мероприятия по охране почвы	2	
<b>Раздел 3. Гигиена жилья</b>				
<b>Тема 3.1. Гигиенические основы планировки и благоустройства зданий. Гигиена жилых и общественных зданий</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		6/4	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.
	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			
		<b>В том числе практические занятия:</b> 1. Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения. 2. Гигиеническая оценка планировки и благоустройства населенных мест	4	
<b>Раздел 4. Гигиена питания</b>				
<b>Тема 4.1. Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		6/4	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1.
	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			



<b>биологическая ценность продуктов питания</b>	источники белков в питании		ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.
	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		
	<b>В том числе практические занятия:</b> 1. Органолептическая оценка пищевых продуктов 2. Определение потребностей организма в витаминах и минеральных веществах		
<b>Тема 4.2.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4/2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2.
<b>Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно –</b>	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		

<b>профилактическое питание</b>	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		ЛР 1. ЛР 10.
	2. Лечебное питание. Характеристика основных лечебных диет. Механическое, химическое и термическое щажение в питании. Особенности кулинарной обработки при приготовлении диетических блюд		
	<b>В том числе практические занятия:</b> 1. Оценка рациона питания взрослого населения.	2	
<b>Тема 4.3. Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2/0	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.
	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		
<b>Раздел 5. Гигиена труда</b>			
<b>Тема 5.1. Основы гигиены труда медицинского персонала</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2/0	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1.
	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.		ЛР 10.
	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		
<b>Раздел 6. Гигиена детей и подростков</b>			
<b>Тема 6.1.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4/2	3
<b>Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса</b>	1. 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		
	2. Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп. Основные гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса. Гигиена физического воспитания детей и подростков		
	<b>В том числе практические занятия:</b> 1. Гигиеническая оценка режима дня в детском дошкольном учреждении и расписания уроков в школе	2	

<b>Тема 6.2.</b> <b>Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских и подростковых учреждений</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2/0	3
	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		
<b>Раздел 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения</b>			
<b>Тема 7.1.</b> <b>Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	4/2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.
	1. Факторы, влияющие на здоровье человека: образ жизни, окружающая среда, генетический фактор медицинское обслуживание		
	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		
	<b>В том числе практические занятия:</b> 1. Разработка методических материалов по оздоровлению образа жизни	2	

<b>Тема 7.2.</b>  <b>Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2/2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.
	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		
	<b>В том числе практические занятия:</b> Разработка методических материалов по гигиеническому обучению и воспитанию населения	2	
<b>Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета</b>		2	
<b>Всего</b>		<b>48</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной 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. Глиненко.В. М. Гигиена и экология человека : учебник / ред. В. М. Глиненко. - М. : ГЭОТАР-МЕДИА, 2019. - 228 с.

**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](http://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 УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания):</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>Умения</b>	
Вести и пропагандировать здоровый образ жизни;	Тестовый контроль с применением информационных технологий.Решение ситуационных задач. Деловая игра. Наблюдение и оценка выполнения практических действий.
<b>Знания</b>	
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