

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Павлов Валентин Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 11.06.2026 11:18:05

Уникальный программный ключ:

a562210a8a161d1bc9a34c4a0a5e820ac75b9d75665849e606db2e5a4e71d0ee

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 » июня 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ГИГИЕНА»

Уровень образования

Среднее профессиональное образование

Специальность

34.02.01 Сестринское дело

Квалификация

Медицинская сестра/ Медицинский брат

Форма обучения

Очная

Год начала подготовки: 2026

Уфа – 2026

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

- 1) ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело, утвержденный приказом Министерством просвещения Российской Федерации № 527 от «4» июля 2022 г;
- 2) учебный план по специальности 34.02.01 Сестринское дело, утвержденный Ученым советом ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России от «25» ноября 2025г., протокол № 10;
- 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 «21» октября 2025 г., протокол № 2.

Председатель ЦМК СГЦ и ОПЦ _____ /Р.Р. Гайсина

Рабочая программа дисциплины «Гигиена» одобрена на УМС медицинского колледжа от «17» ноября 2025 г., протокол № 3.

Председатель УМС
медицинского колледжа _____ /Т.З. Галейшина

Разработчики:

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

СОДЕРЖАНИЕ

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. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины «Гигиена» является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО специальности 34.02.01 Сестринское дело

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Дисциплина «Гигиена» входит в состав профессионального цикла общепрофессиональных дисциплин.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- вести и пропагандировать здоровый образ жизни;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- 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 дисциплины способствует формированию общих (ОК) 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 06. 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 09. 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	18
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено для специальностей)</i>	-
Промежуточная аттестация в форме зачета	

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	<p>Содержание учебного материала</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 5%; text-align: center;">1.</td> <td>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</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2.</td> <td>Краткая история возникновения гигиены, экологии и экологии человека</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3.</td> <td>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</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4.</td> <td>Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотрбнадзор), ее структура, виды деятельности, задачи, функции</td> </tr> </table>	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	2/0	ОК 01 ОК 02 ОК 04 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, гигиеническое и экологическое значение	<i>Содержание учебного материала</i>		4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 09
	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.		
	<i>Практическое занятие № 1</i> Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении.		2	
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 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.	<i>Содержание учебного материала</i>			

Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение	1.	Гигиеническое значение состава и свойств почвы. Почвенный воздух, пористость, капиллярность. Химический состав почвы. Значение примесей антропогенного характера. Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы	4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 09
	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		
		<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 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 цен-	<i>Содержание учебного материала</i>		4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05 ОК 06
	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		

ность продуктов питания	3.	Жиры: их значение в питании. Полиненасыщенные жирные кислоты, их значение, источники		ОК 09
	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			
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 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	<i>Содержание учебного материала</i>		4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 05
	1.	Заболевания, обусловленные недостаточным питанием. Болезни недостаточности питания, связанные с недостатком в рационе белков, витаминов, минеральных веществ. Болезни избыточного питания		

отравления различной этиологии и их профилактика	2.	Болезни животных, передающиеся человеку через мясо, молоко. Рыба как фактор передачи гельминтозов. Профилактика		ОК 06 ОК 09
	3.	Понятие о пищевых отравлениях и их классификация		
	Практическое занятие №7 Определение потребностей организма в белках, жирах, углеводах		2	
Раздел 5. Гигиена труда			4/2	
Тема 5.1. Основы гигиены труда медицинского персонала	<i>Содержание учебного материала</i>		4/2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 09
	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		
	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		2	
Итоговое занятие	Промежуточная аттестация зачета			
Всего			36	

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 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