

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Павлов Валентин Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 11.06.2026 11:16:58

Уникальный программный ключ:

a562210a8a161d1bc9a34c4a0a3e820ac76b9d73665849e6d6db2a5a4e71d6ee

**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 » сентября 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ГИГИЕНА»**

Уровень образования

Среднее профессиональное образование

Специальность

31.02.01 Лечебное дело

Квалификация

Фельдшер

Форма обучения

Очная

Год начала подготовки: 2026

Уфа – 2026

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

- 1) ФГОС СПО по специальности 31.02.01 Лечебное дело, утвержденный приказом Министерством просвещения Российской Федерации № 526 от «4» июля 2022 г;
- 2) учебный план по специальности 31.02.01 Лечебное дело, утвержденный Ученым советом ФГБОУ ВО БГМУ Минздрава России от «25» ноября 2025г., протокол № 10;
- 3) приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 470 от «31» июля 2020 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Фельдшер».

Рабочая программа дисциплины «Гигиена» одобрена на заседании ЦМК социально-гуманитарного и общепрофессионального цикла от «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	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	15
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	17

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ «ГИГИЕНА»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

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 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 07, ПК 1.1, ПК 1.2.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ОК, ПК, ЛР	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 07 ПК 1.1 ПК 1.2 ЛР 1- ЛР 12	Уметь: - вести и пропагандировать здоровый образ жизни - выбирать способы решения задач профессиональной деятельности применительно к различным контекстам; - использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности; - эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде; - осуществлять рациональное перемещение и транспортировку материальных объектов и медицинских отходов; - обеспечивать соблюдение санитарно-эпидемиологических правил и нормативов медицинской организации	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

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы дисциплины	48
в т.ч. в форме практической подготовки	24
в т. ч.:	
теоретическое обучение	24
практические занятия	24
Аттестация в форме зачета	

2.2. Тематический план и содержание дисциплины

[illegible]

	В том числе практических занятий	2	
	Практические занятия №1 Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении		
Тема 2.2. Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение	Содержание учебного материала	4	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 03 ПК 1.1 ПК 1.2 ЛР 1 ЛР 10
	Физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды. 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. 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	2	
	В том числе практических занятий	2	
	Практические занятия № 2 Гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов		
Тема 2.3. Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение	Содержание учебного материала	4	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 03 ПК 1.1 ПК 1.2 ЛР 1 ЛР 10
	Гигиеническое значение состава и свойств почвы. Почвенный воздух, пористость, капиллярность. Химический состав почвы. Значение примесей антропогенного характера. Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы. 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	2	
	В том числе практических занятий	2	

	Практические занятия № 3 Санитарно-гигиенические мероприятия по охране почвы		
Раздел 3. Гигиена жилья			
Тема 3.1. Гигиенические основы планировки и благоустройства зданий. Гигиена жилых и общественных зданий	Содержание учебного материала	6	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 03 ПК 1.1 ПК 1.2 ЛР 1 ЛР 10
	Урбанизация и экология человека. Микроклимат города. Городской шум и профилактика его вредного воздействия. Гигиенические принципы планировки и застройки населенных мест. Гигиеническое значение озеленения. 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	2	
	В том числе практических занятий	4	
	Практические занятия № 4 Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения Практические занятия № 5 Гигиеническая оценка планировки и благоустройства населенных мест	4	
Раздел 4. Гигиена питания			
Тема 4.1. Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания	Содержание учебного материала	6	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 03 ПК 1.1 ПК 1.2 ЛР 1 ЛР 10
	Обмен веществ и энергии в организме. Энергетический баланс. Белки: их значение для жизни, роста и развития организма. Состав белков. Заменяемые и незаменимые аминокислоты. Основные источники белков в питании. Жиры: их значение в питании. Полиненасыщенные жирные кислоты, их значение, источники. Углеводы: их значение в питании. Гигиеническая характеристика и источники отдельных видов углеводов: моносахаридов (глюкозы, фруктозы), дисахаридов (сахарозы, лактозы), полисахаридов (крахмала, пектиновых веществ, клетчатки). 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. Витамины, их классификация. Значение витаминов и их основные источники. Профилактика гиповитаминозов. Витаминизация продуктов и готовой пищи. Рекомендуемые величины физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения	2	
	В том числе практических занятий	4	
	Практическое занятие № 6 Определение потребностей организма в белках, жирах и углеводах		

	Практическое занятие № 7 Определение потребностей организма в витаминах и минеральных веществах		
Тема 4.2. Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно – профилактическое питание	Содержание учебного материала	4	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 03 ПК 1.1 ПК 1.2 ЛР 1 ЛР 10
	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. Лечебное питание. Характеристика основных лечебных диет. Механическое, химическое и термическое щажение в питании. Особенности кулинарной обработки при приготовлении диетических блюд	2	
	В том числе практических занятий	2	
	Практическое занятие № 8 Оценка рациона питания взрослого населения		
Тема 4.3. Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика	Содержание учебного материал	2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 03 ПК 1.1 ПК 1.2 ЛР 1 ЛР 10
	Заболевания, обусловленные недостаточным питанием. Болезни недостаточности питания, связанные с недостатком в рационе белков, витаминов, минеральных веществ. Болезни избыточного питания. Болезни животных, передающиеся человеку через мясо, молоко. Рыба как фактор передачи гельминтозов. Профилактика. Понятие о пищевых отравлениях и их классификация		
Раздел 5. Гигиена труда			
Тема 5.1. Основы гигиены труда медицинского персонала	Содержание учебного материала	2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 03 ПК 1.1 ПК 1.2 ЛР 1 ЛР 10
	Трудовая деятельность и физиологические функции организма. Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика. Классификация, краткая характеристика вредных производственных факторов: физических, химических, биологических, нервно – психических, механических - факторов, обуславливающих динамическую и статическую нагрузку на опорно – двигательный аппарат. Общие понятия о профессиональных болезнях – заболеваниях, возникающих в результате воздействия на организм вредных производственных факторов. Производственный травматизм и меры борьбы с ним. Характеристика труда медицинских работников. Профессиональные вредности работы медицинских работников. Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика. Формирование эколого-гигиенического мировоззрения медицинских работников		

Раздел 6. Гигиена детей и подростков			
Тема 6.1. Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса	Содержание учебного материала	4	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 03 ПК 1.1 ПК 1.2 ЛР 1 ЛР 10
	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. Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп. Основные гигиенические требования к организации учебно – воспитательного процесса. Гигиена физического воспитания детей и подростков	2	
	В том числе практических занятий	2	
	Практические занятия № 9 Гигиеническая оценка режима дня в детском дошкольном учреждении и расписания уроков в школе		
Тема 6.2. Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских и подростковых учреждений	Содержание учебного материала	2	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 03 ПК 1.1 ПК 1.2 ЛР 1 ЛР 10
	Планировка детских и подростковых учреждений. Требования к участкам, зданиям общеобразовательных школ, дошкольных образовательных учреждений. Гигиенические требования к оборудованию детских и подростковых учреждений, предметам детского обихода. Мебель дошкольных образовательных учреждений. Школьная мебель. Гигиенические требования к учебным пособиям, детским игрушкам. 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		
Раздел 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения			
Тема 7.1. Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования	Содержание учебного материала	4	ОК 01 ОК 02 ОК 04 ОК 03 ПК 1.1. ПК 1.2 ЛР 1 ЛР 10
	Факторы, влияющие на здоровье человека: образ жизни, окружающая среда, генетический фактор медицинское обслуживание. 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	2	
	В том числе практических занятий	2	
	Практические занятия № 10 Разработка методических материалов по оздоровлению образа жизни		
Тема 7.2.	Содержание учебного материала	2	ОК 01

Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения	Цели, задачи, основные принципы гигиенического обучения и воспитания населения. Методы гигиенического обучения и воспитания населения: устный, печатный, изобразительный (наглядный), комбинированный. Особенности методов. 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	-	ОК 02 ОК 04 ОК 03 ПК 1.1 ПК 1.2 ЛР 1 ЛР 10
	В том числе практических занятий	2	
	Практические занятия № 11 Разработка методических материалов по гигиеническому обучению и воспитанию населения		
Аттестация в форме зачета			
Всего		48	

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