

Областное государственное бюджетное образовательное учреждение
среднего профессионального образования
«Рославльский медицинский техникум»

РАССМОТРЕНО
НА ЗАСЕДАНИИ ЦМК ОПД
ПРОТОКОЛ № 1 ОТ
« 31 » августа 2015 Г.
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ ЦМК

Т.Г.ЕЛИСЕЕНКО
прошлого № 1 от 30.08.14г.
председатель ЦМК
прошлого № 1 от 30.08.2014г.
председатель ЦМК

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ОГБОУ СПО
«РОСЛАВЛЬСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ
ТЕХНИКУМ»
Г.В. ФРОЛОВА

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.05. Гигиена и экология человека

Специальность 34.02.01 «Сестринское дело»

Уровень подготовки – базовый

квалификация – медицинская сестра/медицинский брат

Переутверждена на 2014-2015 уч.год
Протокол методсовета № 1
от 30 августа 2014 г.
Председатель *[подпись]*

Переутверждена на 2014-2015 уч.год
Протокол методсовета № 1
от 30 августа 2014 г.
Председатель *[подпись]*

2015 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе
Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС)
по специальности среднего профессионального образования (далее СПО)
34.02.01 «Сестринское дело»

Организация-разработчик: ОГБОУ СПО «Рославльский медицинский
техникум»

Разработчик: Воробьева Л.Т. - преподаватель ОГБОУ СПО «Рославльский
медицинский техникум»

Рецензенты: В.А.Терехов - начальник территориального отдела Управления
Роспотребнадзора по Смоленской области в Рославльском, Ершицком,
Шумячском районах.

Т.Г.Елисеенко – председатель ЦМК ОПД ОГБОУ СПО
«Рославльский медицинский техникум»

Рекомендовано:

методическим советом

ОГБОУ СПО «Рославльский медицинский техникум»


Протокол № 1 от 31 августа 2015г. Председатель М.А.В.Троцарева
Протокол № 1 от 30 августа 2016г. Председатель М.А.В.Троцарева
Протокол № 1 от 30 августа 2017г. Председатель М.А.В.Троцарева

В программу внесены изменения :

БЫЛО- комплексный экзамен

СТАЛО- дифференцированный зачет

Основание: изменение учебного плана

Подпись и расшифровка лица внесшего изменения  Л.Т. Воробьева

Изменения и дополнения

Рассмотрены и утверждены на заседании ЦМК ОПД

Протокол №1 от 30 августа 2017 года

Председатель ЦМК ОПД  В.В. Донцова

СОДЕРЖАНИЕ

| | Стр. |
|---|-------|
| 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 5 |
| 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 7-14 |
| 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 17-19 |
| 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ | 19-21 |

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Гигиена и экология человека

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 34.02.01. «Сестринское дело».

Программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки специалистов специальности СПО 34.02.01. «Сестринское дело»).

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: дисциплина входит в профессиональный цикл.

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

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

1.4. Освоение программы учебной дисциплины способствует формированию общих и профессиональных компетенций:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

- ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их выполнение и качество.
- ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.
- ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
- ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
- ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
- ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчинённых), за результат выполнения заданий.
- ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение квалификации.
- ОК 9. Ориентироваться в условиях смены технологий в профессиональной деятельности.
- ОК 10. Бережно относиться к историческому наследию и культурным традициям народа, уважать социальные, культурные и религиозные различия.
- ОК 11. Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку.
- ОК 12. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.
- ОК 13. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
- ОК 14. Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).
- ПК 1.1. Проводить мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, пациента и его окружения.
- ПК 1.2. Проводить санитарно-гигиеническое воспитание населения.
- ПК 1.3. Участвовать в проведении профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний.
- ПК 2.1. Представлять информацию в понятном для пациента виде, объяснять ему суть вмешательств.
- ПК 2.2. Осуществлять лечебно-диагностические вмешательства, взаимодействуя с участниками лечебного процесса.
- ПК 2.3. Сотрудничать со взаимодействующими организациями и службами.

1.5. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающихся 72 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающихся -48 часов;
самостоятельной работы обучающихся -24 часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем часов |
|---|--------------------|
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | 72 |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) | 48 |
| в том числе: | |
| практические занятия | 12 |
| Самостоятельная работа студента (всего) | 24 |
| в том числе: | |
| подготовка реферативного сообщения по теме; | 6 |
| решение ситуационных задач; | 2 |
| решение или составление кроссвордов; | 1 |
| гигиеническая оценка рациона, выявление признаков витаминной и минеральной недостаточности; | 3 |
| работа с дополнительными источниками информации по теме занятия с оформлением результатов; | 3 |
| составление мини-лекции с презентацией для выступления в группе (подгруппе, в школе) | 2 |
| проведение бесед по вопросам формирования ЗОЖ; | 3 |
| подготовка докладов по темам ЗОЖ | 4 |
| Комплексный экзамен в 4 семестре | |

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Гигиена и экология человека»

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся | Объем часов | Уровень освоения |
|--|--|-------------|------------------|
| <p style="text-align: center;">Раздел I. Введение. Основы общей гигиены и экологии человека.</p> | | 8 | |
| <p>Тема 1.1. Предмет и содержание гигиены и экологии человека.</p> | <p><i>Содержание учебного материала</i> 1. Предмет гигиены и экологии человека. Содержание, связь с другими дисциплинами. 2. Роль гигиены и экологии в системе наук, изучающих природную среду. 3. Методы гигиенических исследований. 4. Краткая история развития.</p> | 2 | 1 |
| <p>Тема 1.2. Основы общей экологии. Глобальные экологические проблемы.</p> | <p><i>Содержание учебного материала</i> Характеристика результатов антропогенного воздействия на окружающую природную среду, основные причины глобальных экологических проблем (изменение климата, кислотные дожди, «озоновые дыры», сокращение площади лесов, загрязнение мирового океана). Гигиеническое значение климата и погоды.</p> | 2 | |
| | <p><i>Самостоятельная работа обучающихся.</i> Подготовка реферативного сообщения на тему: «Глобальные экологические проблемы»</p> | 3 | |
| <p>Тема 1.3. Человеческие экосистемы, их взаимосвязь.</p> | <p><i>Содержание учебного материала</i> Понятие экосистемы, взаимодействие в них живых организмов по определённым законам. Определение человеческой экосистемы, её значимость. Основные сферы экосистемы</p> | 2 | 1 |

| | | | |
|--|--|---|---|
| Тема 1.4. Экологические факторы и здоровье населения. | Содержание занятия. Здоровье – как социальная ценность. Основные экологические факторы: физические, химические, биологические, психогенные. Краткая их характеристика, их влияние на здоровье населения. | 2 | |
| | Самостоятельная работа обучающихся. Написание доклада на тему: «Влияние экологических факторов на здоровье населения» | 4 | |
| Раздел II. Гигиена окружающей среды. | | 2 | |
| Тема 2.4. Почва, ее свойства, гигиеническое и экологическое значение, загрязнение и деградация | Содержание учебного материала Значение почвы. Самоочищение почвы. | 2 | 2 |
| | Самостоятельная работа обучающихся. Работа с учебником, рабочей тетрадью по теме. | 2 | |
| Раздел III. Экологические и гигиенические | | 2 | 2 |

| | | | |
|---|--|---|---|
| проблемы питания | | | |
| Тема 3.1. Экологические и гигиенические проблемы питания. Основы рационального питания | Содержание учебного материала Пищевая и биологическая ценность продуктов питания: белки, их значение для человека, жиры, их значение в питании, углеводы, их значение, минеральные вещества, витамины, их классификация. Основы рационального питания. | 2 | 2 |
| | Самостоятельная работа обучающихся. Подготовка рефератного сообщения на тему: «Рациональное питание» | 4 | |
| Раздел IV. Гигиена труда | | 4 | |
| Тема 4.1. Влияние производственных факторов на состояние здоровья | Содержание учебного материала Влияние производственных факторов на состояние здоровья. Понятие о профессиональных вредностях и профессиональных заболеваниях. Краткая характеристика. Утомление, переутомление, причины, профилактика. Классификация и краткая характеристика вредных производственных факторов. | 2 | 2 |
| Тема 4.2. Гигиена труда медицинского персонала в ЛПУ | Содержание учебного материала Действие неблагоприятных факторов на здоровье медицинского персонала, краткая характеристика. | 2 | |

| | | | |
|---|--|---|---|
| | Самостоятельная работа обучающихся. Написание мини-лекции на тему: «Гигиена труда медицинского персонала» | 3 | |
| Раздел V. Урбоэкология | | 4 | |
| Тема 5.1. Гигиенические требования к окружающей среде | Содержание учебного материала Дать определение урбанизации, её недостатки и преимущества | 2 | 1 |
| Тема 5.2. Гигиеническая оценка химических, физических, биологических факторов среды | Содержание учебного материала Гигиеническая оценка химических, физических, биологических факторов среды, их влияние на организм человека. | 2 | 2 |
| Раздел VI. Здоровый образ жизни и личная гигиена. | | 4 | 2 |
| Тема 6.1. Здоровый образ жизни и личная гигиена. Компоненты здорового образа жизни | Содержание учебного материала Факторы, влияющие на здоровье человека: образ жизни- 50-55%, окружающая среда- 20-25%, генетический фактор - 15-20%, медицинское обслуживание -8-10%. Образ жизни и его влияние на здоровье человека. | 2 | 2 |
| | Самостоятельная работа обучающихся. Решение ситуационных задач | 2 | |
| Тема 6.2. Личная гигиена. | Содержание учебного материала Основы личной гигиены здорового человека: уход за кожей тела, полостью рта, гигиена сна, | 2 | |

| | | | |
|--|--|---|--|
| Основы личной гигиены здорового и больного человека | постели; роль закаливания. Основы личной гигиены больного человека и роль медицинской сестры по уходу за больным | | |
| Раздел VII. Гигиена детей и подростков | | 4 | |
| Тема 7.1. Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. | Содержание учебного материала Предмет и задачи, анатомо-физиологические этапы развития, краткая характеристика. Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп | 2 | |
| Тема 7.2. Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских учреждений. | Содержание учебного материала Гигиенические требования к содержанию детских учреждений. | 2 | |
| 4семестр | | | |
| Раздел II. Гигиена окружающей среды. | | 4 | |
| Тема 2.1. Атмосферный воздух его физические и химические | Содержание учебного материала Атмосферный воздух, его физические и химические свойства. Характеристика физических свойств воздуха: температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной | 2 | |

| | | | |
|---|--|---|---|
| свойства, гигиеническое и экологическое значение | радиации. Химический состав атмосферного воздуха, его составные части, краткая характеристика. Практическое занятие. 1. Работа на приборах 2. Определение и оценка физических параметров воздуха | 4 | 2 |
| Тема 2.2. Загрязнение атмосферного воздуха | Содержание учебного материала Источники загрязнения. Влияние загрязнения атмосферного воздуха на здоровье человека. Принципы защиты воздушной среды. Роль зелёных насаждений. Понятие о ПДК. | 2 | 2 |
| | Самостоятельная работа обучающихся. Составление кроссвордов на тему «Загрязнение атмосферного воздуха» | 1 | |
| Тема 2.3. Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение | Содержание учебного материала Физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды. Органолептические свойства воды. Краткая характеристика, химический состав. Заболевания, обусловленные необычным минеральным составом природных вод. Инфекционные заболевания. | 2 | 2 |
| | Практическое занятие Определение органолептических показателей воды. Отбор проб. | 4 | |

| | | | |
|--|--|---|---|
| | <p>Самостоятельная работа обучающихся. Работа с дополнительными источниками информации «Значение воды для организма человека»</p> | 3 | |
| <p>Раздел III Экологические и гигиенические проблемы питания.</p> | | 2 | 2 |
| <p>Тема 3.2. Санитарно-гигиенические требования к пищеблокам. Пищевые отравления, их профилактика</p> | <p>Содержание учебного материала Гигиенические требования к пищеблоку ЛПУ. Понятие о пищевых отравлениях, классификация, краткая характеристика, профилактика.</p> | 2 | |
| | <p>Практическое занятие Гигиеническая оценка суточного рациона, расчёты теоретической калорийности по таблице, энергетической ценности пищевых продуктов, процент недовложения или увеличения калорийности.</p> | 4 | |
| | <p>Самостоятельная работа обучающихся. Рассчитать энергетическую ценность по таблице</p> | 2 | |

| | | | |
|--|----------------------------|--|--|
| | | | |
| | Комплексный экзамен | | |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

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

Оборудование учебного кабинета:

- ✓ столы, стулья для преподавателя и студентов;
 - ✓ шкафы для хранения приборов, наглядных пособий, учебно – методической документации;
 - ✓ доска классная;
 - ✓ лабораторная посуда, химические реактивы
- приборы:
- анемометры
 - психрометры
 - термометры
 - люксметр
 - гигрометр психрометрический ВИТ

Учебно-методическая документация:

- ❖ учебно-методические комплексы и дидактический материал по разделам и темам ;
- ❖ методические учебные материалы;
- ❖ нормативная документация;
- ❖ учебная и справочная литература;

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, дополнительной литературы:

Основные источники:

Основные источники:

1. Алексеев С.В., Пивоваров Ю.П. «Экология человека» Москва ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ 2011г
2. Матвеева Н.А. «Гигиена и экология человека» Москва, Академия 2015г.

Дополнительные источники:

1. Алексеев С.В., Пивоваров Ю.П. «Экология человека», Москва ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ 2011г.
2. Константинов В.М., Челидзе Ю.Б. «Экологические основы природопользования» Москва, издательский центр «Академия» 2009г.
3. Подунова Л.Г. «Руководство к практическим занятиям по методам санитарно-гигиенических исследований. - М.: Медицина, 1990г.
4. СанПин 2.2. ½.1.1.1278-03 « Гигиенические требования к естественному, искусственному и совмещенному освещению жилых и общественных зданий».
5. СанПиН 2.1.4.2496-09 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Контроль качества».
6. Ю.П.Пивоваров, В.В.Королик, Л.Г.Подунова «Гигиена и экология человека»,Москва, издательский центр «Академия»,2013г.

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 |
|---|---|
| <p>Умения:</p> <p>Давать санитарно-гигиеническую оценку факторам окружающей среды</p> | <p>Оценка результатов выполнения заданий в тестовой форме</p> <p>Оценка результатов решения ситуационных задач</p> <p>Оценка результатов письменного и устного опроса</p> <p>Наблюдение и оценка выполнения практических действий на занятиях</p> |
| <p>Проводить санитарно-гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней</p> | <p>Оценка результатов решения ситуационных задач</p> <p>Оценка результатов письменного и устного опроса</p> <p>Оценка результатов расчетов обеспеченности пищевого рациона, гигиенической оценки рациона, Правила выполнения выбранной формы гигиенического воспитания и обучения (санитарного бюллетеня, памятки, агитационного плаката, по вопросам формирования здорового образа жизни</p> <p>Оценка подготовленной мини-лекции на свободную медицинскую тему</p> <p>Наблюдение и оценка выполнения практических действий на занятиях</p> <p>Оценка ответа на зачёте</p> |
| <p>Проводить гигиеническое обучение и воспитание населения</p> | <p>Оценка результатов письменного и устного опроса</p> <p>Оценка результатов решения ситуационных задач</p> <p>Защита санитарных бюллетеней, памяток, агитационных плакатов, презентаций</p> <p>Само- и взаимопроверка выполнения выбранной формы гигиенического воспитания и обучения: лекции, беседы, агитационно-информационного сообщения, санитарного бюллетеня, листовки, памятки, брошюры, плаката, схемы или др.</p> <p>Наблюдение и оценка выполнения практических</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>действий:</p> <ul style="list-style-type: none"> -выступление перед аудиторией с информационным сообщением по вопросам формирования здорового образа жизни; -оформление санитарных бюллетеней, памяток, -оформление агитационных плакатов, презентаций; <p>Оценка ответа на зачёте</p> |
| Знания | Оценка результатов выполнения заданий в тестовой форме |
| Современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы | <p>Оценка результатов решения ситуационных задач</p> <p>Оценка результатов письменного и устного опроса</p> <p>Наблюдение и оценка выполнения практических действий на занятиях</p> <p>Оценка ответа на зачёте</p> |
| Факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека | <p>Оценка результатов выполнения заданий в тестовой форме</p> <p>Оценка результатов решения ситуационных задач</p> <p>Оценка результатов письменного и устного опроса</p> <p>Наблюдение и оценка выполнения практических действий на занятиях</p> <p>Оценка ответа на зачёте</p> |
| Основные положения гигиены | <p>Оценка результатов выполнения заданий в тестовой форме</p> <p>Оценка результатов решения ситуационных задач</p> <p>Оценка результатов письменного и устного опроса</p> <p>Наблюдение и оценка выполнения практических действий на занятиях</p> <p>Оценка ответа на зачёте</p> |
| Гигиенические принципы организации здорового образа жизни | <p>Оценка результатов выполнения заданий в тестовой форме</p> <p>Оценка результатов решения ситуационных задач</p> <p>Оценка результатов письменного и устного опроса</p> <p>Наблюдение и оценка выполнения практических действий на занятиях</p> <p>Оценка ответа на зачёте</p> |
| Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения | <p>Оценка результатов выполнения заданий в тестовой форме</p> <p>Оценка результатов решения ситуационных задач</p> <p>Оценка результатов письменного и устного опроса</p> <p>Наблюдение и оценка выполнения практических действий на занятиях</p> <p>Защита санитарных бюллетеней, памяток,</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>агитационных плакатов,</p> <p>Само- и взаимопроверка выполнения выбранной формы гигиенического воспитания и обучения: лекции, беседы, агитационно-информационного сообщения, санитарного бюллетеня, памятки, брошюры, плаката, схемы или др.</p> <p>Наблюдение и оценка выполнения практических действий:</p> <ul style="list-style-type: none">-выступление перед аудиторией с информационным сообщением по вопросам формирования здорового образа жизни; |
|--|---|