

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЗЕЛЕНОДОЛЬСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

СОГЛАСОВАНА

Главный врач ГАУЗ
«Зеленодольская центральная
районная больница»

Р.Р. Мухаматдинов

«__» ____ 20__ г.



УТВЕРЖДАЮ

И.о.директора ГАПОУ «Зеленодольский
медицинский колледж»

И.Д. Фатыхова «__» ____ 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

ОП.07 ГИГИЕНА

*по специальности среднего профессионального образования
34.02.01 Сестринское дело (очно-заочная форма обучения)*

2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ГИГИЕНА»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Гигиена» является обязательной частью общепрофессионального цикла программы подготовки специалистов среднего звена ГАПОУ «Зеленодольский медицинский колледж» в соответствии с ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело (очно-заочная) вечерняя форма обучения.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 07, ОК 08, ОК 09, ПК 3.1, ПК 3.2, ЛР 6, ЛР 7, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 13, ЛР 14, ЛР 15, ЛР 18, ЛР 21, ЛР 22, ЛР 24, ЛР 25, ЛР 28.

Перечень общих и профессиональных компетенций, личностных результатов реализации программы воспитания

Коды ОК, ПК, ЛР	Наименование общих и профессиональных компетенций, дескрипторы личностных результатов реализации программы воспитания
ОК 02.	Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности.
ОК 03.	Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие, предпринимательскую деятельность в профессиональной сфере, использовать знания по финансовой грамотности в различных жизненных ситуациях
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 07.	Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях
ОК 08.	Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности
ОК 09.	Пользоваться профессиональной документацией на государственном и иностранном языках
ПК 3.1	Консультировать население по вопросам профилактики заболеваний

ПК 3.2	Пропагандировать здоровый образ жизни
ЛР 6	Ориентированный на профессиональные достижения, деятельно выражающий познавательные интересы с учетом своих способностей, образовательного и профессионального маршрута, выбранной квалификации
ЛР 7	Осознающий и деятельно выражающий приоритетную ценность каждой человеческой жизни, уважающий достоинство личности каждого человека, собственную и чужую уникальность, свободу мировоззренческого выбора, самоопределения. Проявляющий бережливое и чуткое отношение к религиозной принадлежности каждого человека, предупредительный в отношении выражения прав и законных интересов других людей
ЛР 9	Сознающий ценность жизни, здоровья и безопасности. Соблюдающий и пропагандирующий здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиены, режим занятий и отдыха, физическая активность), демонстрирующий стремление к физическому совершенствованию. Проявляющий сознательное и обоснованное неприятие вредных привычек и опасных наклонностей (курение, употребление алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ, азартных игр, любых форм зависимостей), деструктивного поведения в обществе, в том числе в цифровой среде
ЛР 10	Бережливо относящийся к природному наследию страны и мира, проявляющий сформированность экологической культуры на основе понимания влияния социальных, экономических и профессионально-производственных процессов на окружающую среду. Выражающий деятельное неприятие действий, приносящих вред природе, распознающий опасности среды обитания, предупреждающий рискованное поведение других граждан, популяризирующий способы сохранения памятников природы страны, региона, территории, поселения, включенный в общественные инициативы, направленные на заботу о них
ЛР 13	Непрерывно совершенствующий профессиональные навыки через дополнительное профессиональное образование (программы повышения квалификации и программы профессиональной переподготовки), наставничество, а также стажировки, использование дистанционных образовательных технологий (образовательный портал и вебинары), тренинги в симуляционных центрах, участие в конгрессных мероприятиях.
ЛР 14	Соблюдающий врачебную тайну, принципы медицинской этики в работе с пациентами, их законными представителями и коллегами.
ЛР 15	Соблюдающий программы государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи, нормативные правовые акты в сфере охраны здоровья граждан, регулирующие медицинскую деятельность.
ЛР 18	Осознающий важность выбора профессии и возможности реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем.
ЛР 21	Проводящий разъяснительные беседы на уровне семьи, организованного коллектива о целях и задачах профилактического медицинского осмотра, порядке прохождения диспансеризации и ее объеме, в том числе беседы с несовершеннолетними в образовательных организациях.
ЛР 22	Соблюдающий правила внутреннего распорядка организации, стандарты и инструкции в области охраны труда, охраны здоровья, электробезопасности, пожарной безопасности, гражданской обороны, охраны окружающей среды и

	экологии.
ЛР 24	Участвующий в освоении практических навыков в рамках учебного процесса (учебная, производственная и государственная практика).
ЛР 25	Признающий ценность образования, стремящийся к повышению профессиональной подготовки путем участия в учебно–исследовательской работе, в конкурсах профессионального мастерства и др.
ЛР 28	Понимающий важность саморазвития личности и индивидуально-психологических свойств для себя и общества и имеющий высокий уровень сформированности социально-психологической компетентности.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 05, ОК 07, ОК 08, ОК 09 ПК 3.1 ПК 3.2	- 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	- 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

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Объем образовательной программы учебной дисциплины	40
вт.ч. в форме практической подготовки	26
в том числе:	
теоретическое обучение	14
практические занятия	14
<i>Самостоятельная учебная работа</i>	12
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2 Тематический план и содержание дисциплины «Гигиена»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Тема 1. Введение. Предмет, содержание и задачи гигиены. Краткая история становления гигиены, как науки.	Содержание учебного материала	2	ОК 02, ОК 03 – ОК 05, ОК 08, ОК 09, ПК 3.1, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 18, ЛР 21, ЛР22, ЛР 25
	Понятие гигиены. Цель и задачи. Понятие «здоровье». Факторы влияющие на здоровье человека. Образ жизни. Элементы образа жизни. Профилактика: первичная, вторичная, третичная. Этапы развития и краткая история становления гигиены, как науки. День Учителя. Составить презентацию на тему «История возникновения Дня Учителя»	2	
Тема 2. Атмосферный воздух как фактор биосферы.	Содержание учебного материала	4	ОК 04 – ОК 05, ОК 07-ОК 09, ЛР-6, ЛР-9, ЛР-10, ЛР-13, ЛР-18, ЛР-21, ЛР-22, ЛР-24, ЛР-25
	Роль воздуха. Факторы окружающей среды. Химический состав атмосферного воздуха, постоянные составные части атмосферного воздуха и их гигиеническое значение. Физические факторы влияющие на здоровье человека (влажность, температура, подвижность воздуха, атмосферное давление), гигиеническое значение. Солнечная радиация. Пути отдачи тепла. Виды действия вредных веществ атмосферного воздуха. Источники загрязнения.	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	Практическое занятие №1 Гигиеническая оценка микроклимата помещений:	2	

	Самостоятельная учебная работа. Оценить среднюю температуру, горизонтальные и вертикальные перепады в помещении(жилое, медицинские учреждения)	2/2	
Тема 3. Роль водного фактора в формировании здоровья человека.	Содержание учебного материала	4	ОК 04 – ОК 05, ОК 07-ОК 09, ЛР-6, ЛР-9, ЛР-10, ЛР-13, ЛР-18, ЛР-21, ЛР-22, ЛР-24, ЛР-25
	Значение воды. Химический состав воды. Заболевания передаваемые через воду (эпидемиологические, эндемические, антропогенные, гельминтозы). Понятие биогеохимические провинции. Основные условия возникновения эпидемиологических заболеваний. Источники водоснабжения (подземные, поверхностные, атмосферные). Краткая характеристика. Источники загрязнения водоснабжения. Способы и методы очистки воды. Гигиенические требования к качеству питьевой воды. Нормативные документы.	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	Практическое занятие №2 Гигиеническая оценка воды.	2	
	Самостоятельная учебная работа. Составить кроссворд по теме «Гигиеническая оценка воды»	2/2	
Тема 4. Основы рационального питания. Значение пищевых веществ в обеспечении жизнедеятельности человека.	Содержание учебного материала	4	ОК 04 – ОК 05, ОК 07-ОК 09, ЛР-6, ЛР-9, ЛР-10, ЛР-13, ЛР-18, ЛР-21, ЛР-22, ЛР-24, ЛР-25
	Понятие «питание». Виды питания. Рациональное питание, основные принципы рационального питания. Лечебное питание. Понятие «диета». Принципы лечебного питания. Лечебно-профилактическое питание, принципы. Понятие «пищевые вещества». Роль пищевых веществ (белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины) в жизнедеятельности человека. Заболевания, связанные с недостатком или избытком пищевых веществ в рационе.	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	Практическое занятие №3 Гигиеническая оценка питания студента.	2	
	Самостоятельная учебная работа. Органолептическая оценка пищевых продуктов (рыбные консервы)	2/2	
Тема 5. Гигиена жилых и общественных зданий.	Содержание учебного материала	4	ОК 04 –ОК 05, ОК 07-ОК 09, ЛР-6, ЛР-9, ЛР-10,
	Совокупное воздействие жилищных условий (физические, химические, биологические факторы) и степени их благоустройства на	2	

	жизнедеятельность и здоровье человека. Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению, вентиляции помещений различных назначений: жилых помещений, помещений учреждений здравоохранения. Нормирование.		ЛР-13, ЛР-18, ЛР-21, ЛР-22, ЛР-24, ЛР-25
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	Практическое занятие №4 Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения	2	
	Самостоятельная учебная работа. Определить искусственное освещение методом ватт в помещении (жилое, медицинские учреждения) и дать гигиеническую оценку	2/2	
Тема 6. Гигиенические аспекты трудовой деятельности	Содержание учебного материала	4	ОК 04 –ОК 05, ОК 07-ОК 09, ЛР-6, ЛР-9, ЛР-10, ЛР-13, ЛР-18, ЛР-21, ЛР-22, ЛР-24, ЛР-25
	Цель и задачи гигиены труда. Производственные факторы. Виды действия вредных факторов. Понятия о профессиональных заболеваниях. Виды труда (умственный, физический). Утомление, переутомление, причина, профилактика. Факторы производственной среды (физические, химические, биологические, нервно-психические), влияющие на здоровье человека.	2	
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	Практическое занятие №5 Гигиеническая оценка утомляемости студента	2	
Тема 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения	Содержание учебного материала	4	ОК 02 – ОК 05, ОК 07-ОК 09, ПК 3.1, ПК 3.2, ЛР-7, ЛР-9, ЛР-10, ЛР-13, ЛР-14, ЛР-15, ЛР-21, ЛР-22, ЛР-24, ЛР-28
	Понятие гигиеническое обучение и воспитание 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.	2	

	День России. Составить агитационный плакат на тему «День России»		
	В том числе практических и лабораторных занятий	2	
	Практическое занятие №6 Устный метод гигиенического воспитания.	2	
	Самостоятельная учебная работа. Печатный метод гигиенического воспитания. Оформить (буклет, брошюру, памятку, санитарный бюллетень) на тему ЗОЖ	2/2	
	Самостоятельная учебная работа. Изобразительный метод гигиенического воспитания. Оформить презентацию на тему ЗОЖ	2/2	
Промежуточная аттестация	Практическое занятие №7. Дифференцированный зачет	2	
Всего:		40	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:

Кабинет дисциплины «Гигиена», оснащенный:

1. Оборудованием:

- рабочее место преподавателя;
- посадочные места по количеству обучающихся;
- доска классная.

2. Техническими средствами обучения:

- компьютер или ноутбук с лицензионным программным обеспечением;
- интерактивная доска и проектор, либо проектор и экран.

3. Учебно-наглядными пособиями:

- таблицы;
- схемы.

4. Лабораторным оборудованием:

- анемометр крыльчатый;
- анемометр чашечный;
- барометранероид;
- измеритель влажности и температуры;
- измеритель скорости движения воздуха;
- термоанемометр;
- люксметр Ю-116;
- многофункциональный прибор 4в1 (люксометр, шумометр);
- прибор для измерения влажности и температуры "ИВТМ-7";
- психрометр аспирационный.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

3.2.1. Основные печатные издания

Основные источники

1. Солодовников, Ю.Л. Гигиена и экология человека (цикл лекций и практических занятий): учеб.пособие для СПО/ Ю.Л. Солодовников. - 7-е изд., стер. - Санкт-Петербург: Лань, 2022. - 468 с. - ISBN 978-5-8114-9570-2. – Текст: непосредственный

Электронные издания (электронные ресурсы)

1. Архангельский, В. И. Гигиена и экология человека: учебник / В.И. Архангельский, В.Ф.Кириллов. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2020. - 176 с. - ISBN 978-5-9704-5260-8. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система Консультант студента. - URL: <http://www.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970452608.html> (дата обращения: 23.12.2021). - Режим доступа: для зарегистр. пользователей.

2. Гигиена и экология человека: учебник / под ред. В.М. Глиненко. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 232 с. - ISBN 978-5-9704-4866-3. - Текст: электронный // Электронно-библиотечная система Консультант студента. - URL: <http://www.medcollegelib.ru/book/ISBN9785970448663.html> (дата обращения: 23.12.2021). - Режим доступа: для зарегистр. пользователей.

Нормативные и методические документы:

- Федеральный закон РФ от 30.03.1999 № 52–ФЗ «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения»;
- Федеральный закон РФ от 4 05.1999 г. N 96-ФЗ "Об охране атмосферного воздуха" (с изменениями и дополнениями)
- Федеральный закон РФ от 3 06.2006 г. N 73-ФЗ "О введении в действие Водного кодекса Российской Федерации" (с изменениями и дополнениями)
- Федеральный закон РФ от 14 07 2008 г. N 118-ФЗ "О внесении изменений в Водный кодекс Российской Федерации и отдельные законодательные акты Российской Федерации"
- Федеральный закон РФ от 14 07 2008 г. N 118-ФЗ "О внесении изменений в Водный кодекс Российской Федерации и отдельные законодательные акты Российской Федерации"
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения
- СанПиН 2.1.3684-21 Санитарно-эпидемиологические требования к содержанию территорий городских и сельских поселений, к водным объектам, питьевой воде и питьевому водоснабжению, атмосферному воздуху, почвам, жилым помещениям, эксплуатации производственных, общественных помещений, организации и проведению санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий
- СанПиН 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания
- СП 2.1.3678-20 Санитарно-эпидемиологические требования к эксплуатации помещений, зданий, сооружений, оборудования и транспорта, а также условиям деятельности хозяйствующих субъектов, осуществляющих продажу товаров, выполнение работ или оказание услуг
- ГОСТ Р 59024-2020 Вода. Общие требования к отбору проб
- Методические рекомендации МР 2.3.1.0253-21 "Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации"

Информационно – правовое обеспечение:

1. Система «Консультант»
2. Система «Гарант»

Интернет-ресурсы:

1. Министерство здравоохранения и социального развития РФ (<http://www.minzdravsoc.ru>)
2. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (<http://www.rospotrebnadzor.ru>)
3. ФГУЗ Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (<http://www.fcgsen.ru>)
4. Информационно – методический центр «Экспертиза» (<http://www.crc.ru>)
5. Центральный НИИ организации и информатизации здравоохранения (<http://www.mednet.ru>).

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
<i>Знания:</i> - 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	- объясняет современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы; - анализирует факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека; - объясняет основные положения гигиены; - объясняет основные принципы здорового образа жизни; - объясняет основные методы, формы и средства гигиенического воспитания населения.	Текущий контроль по темам курса: - письменный опрос; - устный фронтальный опрос; - решение ситуационных задач; - решение кроссвордов; - деловая игра; - контроль выполнения практических заданий. Итоговый контроль— дифференцированный зачет/зачет, который проводится на последнем занятии и включает в себя контроль усвоения теоретического материала и контроль усвоения практических умений
<i>Умения:</i> - 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	- проводит санитарно-гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней; - решает ситуационные задачи; - обоснованно, полно и четко дает ответы на вопросы	- оценка результатов выполнения практической работы; - экспертное наблюдение за ходом выполнения практической работы