

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Павлов Валентин Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 10.05.2023 10:35:42

Уникальный программный идентификатор:

a562210a8a161d1bc9a34c4a0a3e820ac76b9d73665849e6d6db2e5a4e71d6ee

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

Медицинский колледж

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

Валишин Д.А. / 



2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ГИГИЕНА»**

Уровень образования

Среднее профессиональное образование

Специальность

34.02.01 Сестринское дело

Квалификация

Медицинская сестра/ Медицинский брат

Форма обучения

Очная


Для приема: 2023

Уфа – 2023

При разработке рабочей программы учебной дисциплины 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 «30» 05 2023 г., протокол № 5;
- 3) приказ Министерства труда и социальной защиты РФ № 475н от «31» июля 2020 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Медицинская сестра/Медицинский брат».

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена на заседании ЦМК ОГСЭ и ОП дисциплин «24» 04 2023 г., протокол № 8.

Председатель ЦМК  /Матюшина Ю.Е.

Рабочая программа учебной дисциплины одобрена УМС медицинского колледжа от «15» 05 2023, протокол № 9.

Председатель УМС

Медицинского колледжа  /Галейшина Т.З.

Разработчики:

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

СОДЕРЖАНИЕ

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

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина ОП.09 Гигиена является вариативной частью общепрофессионального цикла примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское 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
Объем образовательной программы учебной дисциплины	36
в т.ч. в форме практической подготовки	18
в т. ч.:	
теоретическое обучение	18
практические занятия	18
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено для специальностей)</i>	-
<i>Самостоятельная работа</i>	-
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	2

2.2. Тематический план и содержание учебной 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, формирование которых способствует элемент программы
Раздел 1. Основы общей гигиены		2/0	
Тема 1.1. Предмет гигиены и экологии человека.	<p>Содержание учебного материала</p> <p>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.</p> <p>2. Краткая история возникновения гигиены, экологии и экологии человека.</p> <p>3. Характеристика результатов антропогенного воздействия на окружающую природную среду, основные причины глобальных экологических проблем. Влияние природных и антропогенных</p>	2/0	<p>ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.</p>

	<p>экологических факторов на здоровье населения. Гигиеническое значение климата и погоды.</p>		
<p>4.</p>	<p>Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор), ее структура, виды деятельности, задачи, функции.</p>	<p>12/6</p>	
<p>Раздел 2. Гигиена окружающей среды Тема 2.1. Атмосферный воздух его физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение</p>	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <p>1. Физические свойства воздуха - температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p><i>Практическое занятие № 1</i></p>	<p>4/2</p>	<p>ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.</p>

	<p>Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещениях.</p>	2	
<p>Тема 2.2. Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение</p>	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 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. <p><i>Практическое занятие № 2</i> Гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов.</p>	4/2	<p>ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.</p>
<p>Тема 2.3. Почва, ее физические и химические свойства,</p>	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Гигиеническое значение состава и свойств почвы. Почвенный воздух, пористость, капиллярность. Химический состав почвы. Значение примесей антропогенного характера. Эпидемиологическое значение 	4/2	<p>ОК 01. ОК 02. ОК 04.</p>

Гигиеническое и экологическое значение	почвы. Самоочищение почвы.			ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.
	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.		2	
Раздел 3. Гигиена жилья	<i>Практическое занятие № 3</i> Санитарно-гигиенические мероприятия по охране почвы.		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 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.			

	<p><i>Практическое занятие № 4</i> Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения.</p>	2	
<p>Раздел 4. Гигиена питания</p>		12/6	
<p>Тема 4.1. Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания</p>	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Обмен веществ и энергии в организме. Энергетический баланс. 2. Белки: их значение для жизни, роста и развития организма. Состав белков. Заменимые и незаменимые аминокислоты. Основные источники белков в питании. 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. 	4/2	<p>ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.</p>

	<p><i>Практическое занятие №5</i> Определение потребностей организма в витаминах и минеральных веществах.</p>	2	
<p>Тема 4.2. Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно – профилактическое питание</p>	<p><i>Содержание учебного материала</i></p> <p>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.</p> <p>2. Лечебное питание. Характеристика основных лечебных диет. Механическое, химическое и термическое щажение в питании. Особенности кулинарной обработки при приготовлении диетических блюд.</p>	4/2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.
<p>Тема 4.3. Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика</p>	<p><i>Практическое занятие № 6</i> Оценка рациона питания взрослого населения.</p> <p><i>Содержание учебного материала</i></p> <p>1. Заболевания, обусловленные недостаточным питанием. Болезни недостаточности питания, связанные с недостатком в рационе белков, витаминов, минеральных веществ. Болезни избыточного питания</p> <p>2. Болезни животных, передающиеся человеку через мясо, молоко. Рыба как фактор передачи гельминтозов. Профилактика.</p>	2 4/2	ОК 01. ОК 02. ОК 04. ОК 09. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.

	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. ПК 1.1. ПК 1.2. ЛР 1. ЛР 10.	
	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 (дифференцированный зачет)	2	
Всего		36/16/2	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

1. Функциональная мебель для обеспечения посадочных мест по количеству обучающихся.
2. Функциональная мебель для оборудования рабочего места преподавателя.
3. Технические средства обучения:
 - компьютер (ноутбук) с лицензионным программным обеспечением;
 - оборудование для отображения графической информации и ее коллективного просмотра

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
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.

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