

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ  
«АРЗАМАССКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

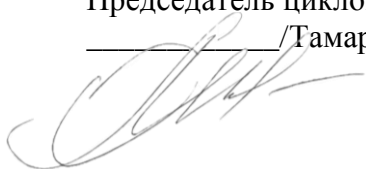
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.05 Гигиена и экология человека**

---

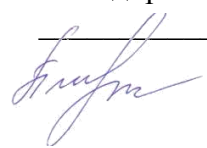
Для специальности 33.02.01 Фармация.

2019г.

Рабочая программа рекомендована  
цикловой комиссией  
общеобразовательных дисциплин  
Протокол № «30» августа 2019г.  
Председатель цикловой комиссии  
\_\_\_\_\_/Тамарова О.Л./



«Утверждена»  
на заседании метод.совета  
Протокол №1 30 августа 2019  
Зам.директора по УМР  
\_\_\_\_\_/Пчелина Н.В./



Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (далее – ФГОС).

По специальности среднего профессионального образования (далее СПО)  
33.02.01 Фармация.

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Нижегородской области «Арзамасский медицинский колледж»

Разработчик: Русакова Н.Л., к.б.н., преподаватель высшей квалификационной категории  
ГБПОУ НО АМК

## СОДЕРЖАНИЕ

№		стр.
1.	ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	6
2.	СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4.	КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.05 Гигиена и экология человека

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы ГБПОУ НО АМК в соответствии с ФГОС по специальности СПО 33.02.01 Фармация.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в области гигиенического воспитания населения.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** Дисциплина «Гигиена и экология человека» входит в состав дисциплин профессионального цикла.

### 1.3. Цели и задачи дисциплины - требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:

1. Вести и пропагандировать здоровый образ жизни.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

1. Основные положения гигиены и санитарии.
2. Роль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населения.
3. Правовые основы рационального природопользования.
4. Значение гигиены в фармацевтической деятельности.

#### 4.4. Перечень формируемых компетенций

Код	Наименование результата обучения
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 эффективность и качество.
ОК 4	Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.
ОК 11	Быть готовым брать на себя нравственные обязательства по отношению к природе, обществу и человеку.
ОК 12	Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
ПК 1.3	Продавать изделия медицинского назначения и другие товары аптечного ассортимента.
ПК 1.6	Соблюдать правила санитарно-гигиенического режима, охраны труда, техники безопасности и противопожарной безопасности.
ПК 2.1	Изготавливать лекарственные формы по рецептам и требованиям учреждений здравоохранения.
ПК 2.2	Изготавливать внутриаптечную заготовку и фасовать лекарственные средства для последующей реализации.
ПК 3.2	Организовывать работу структурных подразделений аптеки и осуществлять руководство аптечной организацией.

#### Наименование результата обучения

#### 1.5. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 66 часов, в том числе:  
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 44 часа;  
самостоятельной работы обучающегося 22 часов.

## 5. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Объем часов</i>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>66</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>44</b>
в том числе:	
практические занятия	22
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>22</b>
в том числе:	
написание доклада, реферата по конкретной теме; домашняя работа (работа с учебником, учебно-методическим пособием, рабочей тетрадью, составление таблиц, схем, диаграмм логико-дидактических структур по теме занятия, составление алгоритмов действий по теме или разделу дисциплины, решение ситуационных задач, решение или составление кроссвордов, подготовка к практическим занятиям и др.);	14 4
создание презентации, дидактического раздаточного материала по конкретной теме по заданию преподавателя, поиск информации в периодической печати, работа в сети	4
<b>Итоговая форма контроля в виде зачета.</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.05 Гигиена и экология человека

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
<b>Раздел 1. Предмет гигиены и экологии человека.</b>		<b>2</b>	
<b>Тема 1.1. Предмет и содержание гигиены и экологии. Антропогенное воздействие на экосистемы.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Роль гигиены и экологии в системе наук, изучающих природную среду. Задачи гигиены и экологии. Методы гигиенических исследований, гигиеническое нормирование. Влияние природных и антропогенных экологических факторов на здоровье населения.	2	<b>1</b>
<b>Раздел 2. Гигиена окружающей среды.</b>		<b>16</b>	
<b>Тема 2.1. Атмосферный воздух, его физические и химические свойства. Действие воздушной среды на организм человека.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Физические свойства воздуха - температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации. Понятие о климате, микроклимате и погоде. Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение. <b>Практические занятия</b> 1.Изучение приборов, методик для измерения физических параметров воздушной среды в помещении. 2.Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении. <b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подобрать из периодической печати статьи о загрязнении воздушной среды, о мерах профилактики в городе, области. Знакомство с законодательством РФ об охране атмосферного воздуха. Контроль на практическом занятии по теме 2.1.	2	2
		4	
		2	
<b>Тема 2.2 Вода, её физические и химические свойства. Гигиенические требования к качеству питьевой воды.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды. Особенности водных эпидемий. Требования к качеству питьевой воды. <b>Практические занятия</b> 1. Отбор проб воды бактериологическое и химическое исследования. Определение органолептических свойств воды. 2.Гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов. <b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Подобрать из периодической печати статьи о состоянии водного бассейна в городе и области. Контроль на практическом занятии по теме 2.2.	2	1
		4	
		2	
<b>Тема 2.3. Экологическое и гигиеническое значение почвы.</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы. Проблемы накопления и утилизации отходов. Гигиенические требования к очистке населённых мест(сбор, транспортировка, хранение, обезвреживание, переработка твердых и жидких отходов).	2	1
<b>Раздел 3. Экологические и гигиенические проблемы питания.</b>		<b>16</b>	
<b>Тема 3.1. Основы рационального питания. Нормы потребления пищевых</b>	<b>Содержание учебного материала</b> Рациональное питание. Определение. Гигиенические требования к пищевому рациону, его энергетическая ценность и качественный состав, сбалансированность питательных веществ, усвояемость, разнообразие. Значение белков, жиров, углеводов, витаминов и микроэлементов. Их сбалансированность. Режим питания, часы и	2	1

<b>продуктов.</b>	продолжительность приема пищи, кратность и интервалы между приемами, очередность приёма блюд, распределение рациона по приёмам пищи. Физические нормы питания.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Составить суточный рацион питания. Контроль на практическом занятии по теме 3.2..	2	
<b>Тема 3.2.</b> <b>Гигиенические требования к качеству пищевых продуктов. Пищевые отравления, их профилактика.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Санитарная экспертиза пищевых продуктов. Правила проведения. Санитарная оценка пищевых продуктов.		2
	<b>Практические занятия</b> Органолептическая оценка пищевых продуктов. Проведение выемки проб пищевых продуктов и готовой пищи для исследования в санитарной лаборатории.	4	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> <b>Подготовка рефератов по темам:</b> 1. Биологически активные добавки. Виды, значение. 2. Вода. Её роль в обмене веществ. Потребность в воде. 3. Классификация продуктов питания по происхождению, устойчивости к хранению. 4. Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов. 5. Ботулизм, профилактика отравления. 6. Профилактика стафилококковых отравлений. 7. Профилактика отравления ядовитыми грибами. 8. Профилактика отравления ядовитыми растениями. 9. Микотоксикозы. Профилактика. Контроль на практическом занятии по теме 3.2..	8	
<b>Тема 3.3. Заболевания, связанные с характером питания. Лечебное и лечебно-профилактическое питание.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	Заболевания, обусловленные недостаточным питанием. Болезни недостаточности питания, связанные с недостатком в рационе белков, витаминов, минеральных веществ. Болезни избыточного питания.	2	
<b>Раздел 4.</b> <b>Гигиена труда.</b>		<b>2</b>	
<b>Тема 4.1</b> <b>Основные понятия о производственных вредностях и профессиональных заболеваниях.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	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. Гигиенические и медицинские проблемы, возникающие в результате работы на компьютере.		<b>1</b>
<b>Раздел 5.</b> <b>Экологические и гигиенические проблемы жилищ, аптечных помещений.</b>		<b>11</b>	
<b>Тема 5.1.</b> <b>Гигиеническая оценка физических, химических и биологических факторов среды жилых помещений.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>		
	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	2
	<b>Практические занятия</b> 1. Гигиеническая оценка естественного освещения. 2. Гигиеническая оценка искусственного освещения.	4	
<b>Тема 5.2.</b> <b>Гигиеническая оценка</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	Экологическая характеристика современных строительных и отделочных материалов, бытовой техники в		<b>1</b>



<b>Физических, химических и биологических факторов среды аптечных помещений.</b>	аптечных помещениях. Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению, вентиляции помещений аптек. Нормирование.		
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> Знакомство с Приказом №309 «Об утверждении инструкции по санитарному режиму аптечных организаций (аптек)», с инструкцией по санитарному режиму аптечных организаций (аптек). Контроль на практическом занятии по теме 5.1	2	
	<b>Практические занятия</b> 1. Гигиеническая оценка санитарного заключения аптечного помещения. 2. Гигиеническая оценка микроклимата аптечного помещения.	2	
<b>Раздел 6. Компоненты здорового образа жизни и их формирования.</b>		<b>9</b>	
<b>Тема 6.1. Здоровый образ жизни и личная гигиена.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	
	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. Гигиена одежды, обуви.		<b>2</b>
	<b>Практические занятия</b> Общение и систематизация знаний по данному разделу в нетрадиционной форме (учебная имитационная игра).	4	
	<b>Самостоятельная работа обучающихся</b> <b>Подготовка докладов по теме:</b> 1. Закаливание водой. 2. Закаливание воздухом. 3. Закаливанием солнцем. 4. Гигиенические требования к материалам для одежды и обуви. 5. Влияние бани на организм. 6. Личная гигиена. Контроль на практическом занятии по теме 6.1.	6	

### **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:**

1. столы, стулья для преподавателя и студентов;
2. шкафы для хранения приборов, наглядных пособий, учебно – методической документации;
3. доска классная;
4. приборы: термометры, гигрометры, анемометры, барометры, емкости для отбора проб воды, спиртовки, лабораторная посуда, люксметр

##### **Технические средства обучения:**

1. компьютеры;
2. интерактивная доска;
3. мультимедийный проектор.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения**

##### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы**

###### **Основные источники:**

1. Крымская И. Г. Гигиена и экология человека: учеб. пособ. / И. Г. Крымская. - Изд. 2-е, стер. - Ростов н/Д: Феникс, 2017. - 351 с. - (Среднее профессиональное образование).
2. Пивоваров Ю. П. Гигиена и экология человека: учебник для образоват. учреждений сред. проф. образования / Ю. П. Пивоваров, В. В. Королик, Л. Г. Подунова; под ред. Ю. П. Пивоварова. - 2-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2017. - 400 с.
3. Пивоваров Ю.П., Королик В.В., Зиневиц Л.С. Гигиена и основы экологии человека. – М.: Академия, 2018 -528с.
4. Полякова А.Н., Стародумов В.Л., Денисова Н.Б. Общая гигиена, санология и экология: Руководство для студентов факультета высшего сестринского образования медицинских вузов / Под ред. проф. Т.В.Рябчиковой. – М.: ФГОУ «ВУНМИЦ Росздрава», 2018 – 224с.
5. Румянцев Г.И., Прохоров Н.И., Новиков С.М. и др. Гигиена: Учебник для вузов (под ред. Румянцева Г.И.). - Изд. 2-е, перераб. доп. - М: ГЭОТАР МЕД, 2018 - 608 с.
6. Коробкин В.И. Экология: учебник для вузов / В.И. Коробкин, Л.В. Передельский. – Изд. 15-е, дополн. и перераб. - Ростов н/Д: Феникс, 2019. – 602с.
7. Крымская И.Г. Гигиена и основы экологии человека: Учебное пособие / И.Г. Крымская, Э.Д. Рубан. – Ростов н / Д: - Феникс, 2017. - 351с.

###### **Дополнительные источники:**

- Тутельян В.А., Онищенко Г.Г. Государственная политика здорового питания населения: задачи и пути реализации на региональном уровне: учебное пособие. – М., 2008. -257с.
- **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)

Методические рекомендации МР 2.3.1.2432-08 3.2.1. Рациональное питание. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации;

СанПиН 2.3.2.1324–03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям

хранения пищевых продуктов»;

СанПиН 2.1.4.1074-01 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Контроль качества»;

СанПиН 2.4.5.2409-08 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования»;

**• 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 ДИСЦИПЛИНЫ**

**Контроль и оценка** результатов освоения дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований. Итоговая форма контроля в виде зачета.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>освоенные умения:</b> 1. Вести и пропагандировать здоровый образ жизни.  <b>усвоенные знания:</b> 1. Основные положения гигиены и санитарии. 2. Роль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населения. 3. Правовые основы рационального природопользования. 4. Значение гигиены в фармацевтической деятельности.	тестовый контроль с применением информационных технологий;  устный контроль;  контрольная работа;  решение ситуационных задач;  деловая игра;  оценка аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы студентов;  наблюдение и оценка выполнения практических действий на практических занятиях.