



ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
**«УЛЬЯНОВСКИЙ ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**  
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ЦМК СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ДИСЦИПЛИН ОТДЕЛЕНИЯ «ЛАБОРАТОРНАЯ ДИАГНОСТИКА»

РП ОП.02-М. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УТВЕРЖДАЮ  
Директор колледжа  
\_\_\_\_\_ Л.И. Денисова  
« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Гигиена и экология человека»**

специальность 34.02.02 Медицинский массаж

(для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению)

	<i>Должность</i>	<i>Фамилия/Подпись</i>	<i>Дата</i>
<b>Разработал</b>	Преподаватель	Л.И. Полотнянко А.С. Кузнецова	
<b>Согласовал</b>	Председатель ЦМК Председатель ЦМК Зав. учебным отделом Зав. научно-методическим отделом Зам. директора по учебно-воспитательной работе	Н.В. Рамзайцева Е.С. Потехина Т.А. Старкова Е.Я. Шилова Н.Б. Шайгородская	
<b>Версия:1.0</b>			<b>Стр.1 из 23</b>



Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования 34.02.02. Медицинский массаж (для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению).

Рассмотрена и одобрена на заседании методического Совета

Протокол № 1 от 28.08.2020



## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
<b>1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>4</b>
<b>2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>7</b>
<b>3. МАТРИЦА РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ ПО ТЕМАМ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>15</b>
<b>4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>17</b>
<b>5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	<b>20</b>



## 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»

### 1.1. Область применения программы.

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО Медицинский массаж (для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению).

*При угрозе возникновения и(или) возникновении отдельных чрезвычайных ситуаций, введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на всей территории Российской Федерации либо на ее части, реализация рабочей программы ПМ01. Проведение лабораторных общеклинических исследований может осуществляться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.*

### 1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена.

Учебная дисциплина «Гигиена и экология человека» (ОП.02) входит в состав раздела «Общепрофессиональные дисциплины» профессионального цикла.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

**уметь:**

1. Проводить санитарно-просветительную работу с пациентом и (или) его семьей;
2. Вести и пропагандировать здоровый образ жизни;
3. Осуществлять мероприятия по соблюдению санитарно-гигиенического режима в помещении;
4. Осуществлять контроль над соблюдением санитарно-гигиенических требований к организации работы кабинета массажа и рабочего места массажиста;

**знать:**

1. Современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы;
2. Факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека;
3. Формы и методы санитарного просвещения;



4. Основы валеологии и санологии;
5. Гигиенические принципы организации здорового образа жизни;
6. Методы и средства гигиенического воспитания населения;
7. Санитарно-гигиенические требования в лечебно-профилактических учреждениях к организации работы кабинета массажа и рабочего места массажиста.

**Освоение учебной дисциплины способствует формированию у обучающихся 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 эффективность 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 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), за результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать и осуществлять повышение квалификации.

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 14. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей, реализации индивидуальной программы реабилитации.



ПК 1.1. Выполнять классический гигиенический массаж и массаж отдельных анатомических областей в целях укрепления и сохранения здоровья и профилактики заболеваний.

ПК 1.2. Выполнять лечебный классический массаж по показаниям при определенной патологии

ПК 1.3. Выполнять спортивный массаж

ПК 2.1. Выполнять сегментарный массаж по показаниям при определенной патологии

ПК 2.2. Выполнять соединительно- тканый массаж по показаниям при определенной патологии

ПК 2.3. Выполнять точечный и традиционный китайский массаж по показаниям

ПК 3.1. Выполнять массаж в педиатрической практике для укрепления здоровья и гармоничного развития детей

ПК 3.2. Выполнять массаж в педиатрической практике для реабилитации и лечения различной патологии

ПК 4.1. Проводить лечебную физическую культуру по показаниям при определенной патологии

ПК 4.2. Проводить лечебную физическую культуру в целях укрепления и сохранения здоровья и профилактики заболеваний

#### **1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:**

максимальная учебная нагрузка обучающегося - 84 часа, в том числе

обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося – 56 часов,

самостоятельная работа обучающегося – 28 часов.



## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

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

Вид учебной работы	Количество часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>84</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>56</b>
в том числе	
Теоретические занятия	56
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>28</b>
в том числе	
Подготовка и защита доклада или реферата.	16
Подготовка сообщений или бесед.	4
Составление презентаций (видеороликов) по учебному материалу.	4
Поиск информации в периодической печати, работа в сети Internet.	2
<b><i>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</i></b>	

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

Наименование тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень усвоения
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
<b>Тема 1. Предмет экологии и гигиены человека. Экологические факторы и их влияние на здоровье населения</b>	<b><u>Содержание учебного материала</u></b> 1. Предмет гигиены и экологии человека. Задачи гигиены и экологии. 2. Разделы гигиены и экологии. 3. Факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека. 4. Влияние природных и антропогенных экологических факторов на здоровье населения.	<b>2</b>	1 1 2 2
	<b><u>Тематика самостоятельной работы:</u></b> 1. Роль гигиены и экологии в системе наук, изучающих природу, живые организмы и их взаимодействие. 2. Вклад отечественных и зарубежных ученых в развитие науки. <b><u>Виды самостоятельной работы:</u></b> Поиск информации в периодической печати, работа в сети Internet. Подготовка и защита доклада или реферата. Подготовка сообщений.	1	
<b>Тема 2. Экологические проблемы на современном этапе.</b>	<b><u>Содержание учебного материала</u></b> 1. Понятие о биосфере и ее эволюции. 2. Общие закономерности динамических процессов, происходящих в экосистеме. 3. Характеристика результатов антропогенного воздействия на окружающую природную среду 4. Современное состояние окружающей среды. 5. Глобальные экологические проблемы. 6. Основные причины глобальных экологических проблем. 7. Профилактика, виды профилактики.	<b>4</b>	1 1 2 2 2 1 1





	<p style="text-align: center;"><b><u>Тематика самостоятельной работы:</u></b></p> <p>1. Основные задачи экологии и гигиены. 2. Глобальные экологические проблемы.</p> <p style="text-align: center;"><b><u>Виды самостоятельной работы:</u></b></p> <p>Поиск информации в периодической печати, работа в сети Internet. Подготовка и защита доклада или реферата. Подготовка сообщений.</p>	2	
<b>Тема 3. Гигиена окружающей среды</b>	<p style="text-align: center;"><b><u>Содержание учебного материала</u></b></p> <p>1. Роль воздуха. 2. Физические свойства воздуха, влияние на здоровье человека. 3. Теплообмен человека и окружающей среды. 4. Характеристика солнечной радиации, ее влияние на здоровье человека. 5. Химические свойства воздуха. 6. Влияние загрязнения атмосферного воздуха на здоровье и санитарные условия жизни населения. 7. Принципы защиты воздушной среды. Мероприятия по защите атмосферного воздуха. 8. Значение воды (физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды). 9. Инфекционные заболевания, гельминтозы, передаваемые водным путем. 10. Заболевания, обусловленные необычным минеральным составом природных вод. 11. Влияние загрязнения воды на здоровье человека. 12. Гигиенические требования к качеству питьевой воды. 13. Гигиеническое и эпидемиологическое значение состава и свойств почвы. 14. Проблемы накопления и утилизации отходов. 15. Санитарная очистка населенных мест. 16. Медицинские отходы.</p>	<b>21</b>	1 2 1 2 1 2 2 1 2 1 1 2 1 2 1
	<p style="text-align: center;"><b><u>Тематика самостоятельной работы:</u></b></p> <p>1. Комплексное влияние метеорологических факторов на организм человека.</p>	7	



	<ol style="list-style-type: none"><li>2. Физические свойства воздуха и их гигиеническое значение.</li><li>3. Физиологическая роль воды.</li><li>4. Геохимические эндемии.</li><li>5. Санитарная охрана источников водоснабжения.</li><li>6. Требования к качеству питьевой воды.</li><li>7. Экологическое значение почвы.</li><li>8. Эпидемиологическое значение почвы. Эпидемические заболевания.</li></ol> <p style="text-align: center;"><b>Виды самостоятельной работы:</b></p> <p>Поиск информации в периодической печати, работа в сети Internet. Подготовка и защита доклада или реферата. Подготовка сообщений. Подготовка презентаций или видеороликов по учебному материалу.</p>		
<b>Тема 4. Основы рационального питания. Заболевания, связанные с характером питания.</b>	<p style="text-align: center;"><b><u>Содержание учебного материала</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Физиологические основы питания. Белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные вещества: их значение для жизни, роста и развития организма.</li><li>2. Рекомендуемые величины физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения.</li><li>3. Рациональное питание. Гигиенические требования к пищевому рациону, его энергетическая ценность и качественный состав. Режим питания.</li><li>4. Лечебное питание. Механическое, химическое и термическое щажение в питании. Особенности кулинарной обработки при приготовлении диетических блюд.</li><li>5. Заболевания, обусловленные недостаточным питанием. Болезни недостаточности питания, связанные с недостатком в рационе белков, витаминов, минеральных веществ.</li><li>6. Болезни избыточного питания.</li><li>7. Болезни животных, передающиеся человеку через мясо, молоко, рыбу.</li><li>8. Понятие о пищевых отравлениях и их классификация.</li></ol>	<b>6</b>	1
	<p style="text-align: center;"><b><u>Тематика самостоятельной работы</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Физиологические нормы питания, режим питания, принципы диетического питания.</li></ol>		2
		3	1
			2
			2
			1
			1
			2
			1
			1



	<ol style="list-style-type: none"><li>2. Геохимические эндемии. Эндемический зоб. Профилактика. Йодированные продукты и продукты, обогащенные йодом.</li><li>3. Причины, приводящие к возникновению пищевых отравлений и их профилактика.</li><li>4. Биологически активные добавки.</li><li>5. Витамины и их роль для организма</li><li>6. Минеральные вещества и их роль для организма.</li></ol>		
<b>Тема 5. Гигиена жилых и общественных зданий</b>	<b><u>Содержание учебного материала</u></b>	<b>8</b>	
	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Урбанизация и экология человека.</li><li>2. Микроклимат города.</li><li>3. Городской шум и профилактика его вредного воздействия.</li><li>4. Совокупное воздействие жилищных условий (физические, химические, биологические факторы) и степени их благоустройства на жизнедеятельность и здоровье человека.</li><li>5. Гигиенические принципы планировки и застройки населенных мест.</li><li>6. Гигиеническое значение озеленения.</li><li>7. Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению, вентиляции помещений различных назначений: жилых помещений, общественных помещений.</li><li>8. Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению, вентиляции помещений учреждений здравоохранения (ЛПУ).</li><li>9. Профилактика внутрибольничных инфекций.</li></ol>		1 1 1 1 1 2 2 2 2
	<b><u>Тематика самостоятельной работы</u></b>	<b>4</b>	
	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Воздействие жилищных условий и степени благоустройства на здоровье и жизнедеятельность человека.</li><li>2. Гигиенические требования к планировке, освещению, отоплению, вентиляции жилых и общественных зданий.</li><li>3. Альтернативные виды «автомобильного топлива».</li><li>4. Гигиенические требования к планировке и освещению и вентиляции помещений ЛПУ.</li></ol>		



	<p>5. Профилактика внутрибольничных инфекций на рабочем месте массажиста.</p> <p><b>Виды самостоятельной работы:</b> Поиск информации в периодической печати, работа в сети Internet. Подготовка и защита доклада или реферата. Подготовка сообщений.</p>		
<p><b>Тема 6. Влияние производственных факторов на состояние здоровья человека. Санитарно-гигиенические требования к работе массажиста.</b></p>	<p><b><u>Содержание учебного материала</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Физиологические понятия «труд» и «работа». Трудовая деятельность и физиологические функции организма.</li><li>2. Утомление и его причины. Переутомление. Профилактика.</li><li>3. Краткая характеристика основных профессиональных вредностей.</li><li>4. Общие понятия о профессиональных заболеваниях.</li><li>5. Профилактика профессиональных заболеваний.</li><li>6. Основные направления профилактических оздоровительных мероприятий.</li><li>7. Производственный травматизм, меры борьбы с ним.</li><li>8. Гигиенические требования к условиям труда женщин, подростков и инвалидов.</li><li>9. Трудовая деятельность медицинских работников.</li><li>10. Вредные профессиональные факторы в деятельности медицинских работников.</li><li>11. Оптимизация труда медицинских работников.</li><li>12. Источники ионизирующего излучения и их применение в медицине.</li><li>13. Мероприятия по профилактике действия вредных и опасных факторов труда на здоровье медработников.</li><li>14. Санитарно-гигиенические требования к организации работы кабинета массажа и рабочего места массажиста.</li></ol>	<p><b>8</b></p>	<p>1</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>1</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p>
	<p><b><u>Тематика самостоятельной работы:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Гигиена труда медицинского персонала в учреждениях здравоохранения.</li><li>2. Профессиональные вредности в работе массажиста. Профилактика.</li><li>3. Основные направления профилактики профессиональных заболеваний в ЛПУ.</li></ol>	<p>4</p>	



	<p>4. Лазерное излучение как профессиональная вредность. Профилактика неблагоприятного воздействия.</p> <p>5. Санитарно-гигиенические требования к организации работы кабинета массажа.</p> <p>6. Ультразвук, как профессиональная вредность.</p> <p><b>Виды самостоятельной работы:</b></p> <p>Поиск информации в периодической печати, работа в сети Internet.</p> <p>Подготовка и защита доклада или реферата.</p> <p>Подготовка сообщений.</p> <p>Подготовка видеоролика или презентации.</p>		
<b>Тема 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения.</b>	<p><b><u>Содержание учебного материала</u></b></p> <p>1. Цели, задачи, основные принципы гигиенического обучения и воспитания населения.</p> <p>2. Методы гигиенического обучения и воспитания населения, их особенности.</p> <p>3. Основные средства санитарного просвещения, методические требования, предъявляемые к ним.</p> <p>4. Формы и методы санитарного просвещения.</p> <p>5. Особенности методов гигиенического воспитания.</p> <p>6. Основы валеологии и санологии.</p>	<b>4</b>	1
	<p><b><u>Тематика самостоятельной работы:</u></b></p> <p>1. Гигиеническое просвещение населения.</p> <p>2. Требования к санбюллетню.</p> <p>3. Требования к листовке, плакату.</p> <p>4. Методы гигиенического обучения, используемые в работе массажиста.</p> <p><b>Виды самостоятельной работы:</b></p> <p>Поиск информации в периодической печати, работа в сети Internet.</p> <p>Подготовка и защита доклада или реферата.</p> <p>Подготовка сообщений.</p> <p>Подготовка видеоролика или презентации.</p>		2
<b>Тема 8. Здоровый образ жизни</b>	<p><b><u>Содержание учебного материала</u></b></p> <p>1. Определение здоровья ВОЗ.</p>	<b>8</b>	2



	<p>2. Понятие «здоровый образ жизни». Социальные, биологические, экологические, медицинские, психологические и этические аспекты здорового образа жизни.</p> <p>3. Элементы здорового образа жизни.</p> <p>4. Предупреждение вредных привычек.</p> <p>5. Пропаганда здорового образа жизни.</p> <p>6. Закаливание. Характеристика природных закаливающих факторов.</p> <p>7. Принципы закаливания.</p> <p>8. Гигиенические принципы организации здорового образа жизни.</p> <p>9. Влияние употребления алкогольных напитков, курения, наркомании на здоровье настоящего и будущих поколений.</p> <p>10. Пути и методы формирования здорового образа жизни.</p> <p>11. Методы и средства гигиенического обучения и воспитания населения: устный, печатный, изобразительный (наглядный), комбинированный.</p>		2
	<p style="text-align: center;"><b>Тематика самостоятельной работы</b></p> <p>1. Закаливание. Использование природных факторов (солнце, воздух, вода)</p> <p>2. Значение физической активности.</p> <p>3. Режим труда и отдыха.</p> <p>4. Личная гигиена.</p> <p>5. Вред курения.</p> <p>6. Вредные последствия наркомании.</p> <p style="text-align: center;"><b>Виды самостоятельной работы:</b></p> <p>Поиск информации в периодической печати, работа в сети Internet. Подготовка и защита доклада или реферата. Подготовка сообщений. Подготовка видеоролика или презентации.</p>	4	
<b>Дифференцированный зачёт</b>	Дифференцированный зачёт по учебной дисциплине	3	
	Самостоятельная работа	1	
	<b>Всего</b>	<b>84</b>	



### 3. МАТРИЦА РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ ПО ТЕМАМ ДИСЦИПЛИНЫ

Содержание учебного материала	Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания, компетенции)																																
	Знания							Умения				Компетенции																					
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	ПК 1.1	ПК 1.2	ПК 1.3	ПК 2.1	ПК 2.2	ПК 2.3	ПК 3.1	ПК 3.2	ПК 4.1	ПК 4.2	ОК 1	ОК 2	ОК 3	ОК 4	ОК 6	ОК 7	ОК 8	ОК 10	ОК 11	ОК 14		
Тема 1. Предмет экологии и гигиены человека. Экологические факторы и их влияние на здоровье населения																																	
Комбинированные занятия	+	+										+	+										+		+					+	+	+	
Самостоятельная работа	+	+																						+		+							
Тема 2. Экологические проблемы на современном этапе.																																	
Комбинированные занятия	+	+										+			+								+		+					+	+	+	
Самостоятельная работа	+	+																						+		+							
Тема 3. Гигиена окружающей среды																																	
Комбинированные занятия	+	+													+		+								+						+	+	
Самостоятельная работа	+	+																						+		+				+		+	
Тема 4. Основы рационального питания. Заболевания, связанные с характером питания.																																	
Комбинированные занятия	+	+										+	+																	+	+	+	
Самостоятельная работа	+	+			+					+														+		+				+		+	
Тема 5. Гигиена жилых и общественных зданий																																	
Комбинированные занятия		+						+							+						+									+	+	+	
Самостоятельная работа		+						+			+													+		+						+	
Тема 6. Влияние производственных факторов на состояние здоровья человека. Санитарно-гигиенические требования к работе массажиста.																																	
Комбинированные занятия								+							+					+			+	+			+	+			+	+	
Самостоятельная работа								+																+		+						+	



ЦМК СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ДИСЦИПЛИН ОТДЕЛЕНИЯ «ЛАБОРАТОРНАЯ ДИАГНОСТИКА»

РП ОП.02-М. РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

работа																																																
Тема 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения.																																																
Комбинированные занятия			+	+		+																																+	+									
Самостоятельная работа			+	+		+		+																														+	+									
Тема 8. Здоровый образ жизни																																																
Комбинированные занятия						+																																	+					+	+	+		
Самостоятельная работа						+																																									+	+





## 4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.

### 4.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Реализация программы дисциплины «Гигиены и экологии человека» требует наличия кабинета гигиены и экологии человека.

#### Оборудование учебного кабинета:

1. Доска классная
2. Стол для преподавателя
3. Стол для студентов
4. Стулья для студентов
- Шкафы для хранения приборов, наглядных пособий, учебно–методической документации;
- **Технические средства обучения.**

Мультимедийные средства обучения (презентации, видеофильмы), лекционный материал в том числе в mp-3 формате.

#### • Учебно-наглядные пособия:

1. Ситуационные задачи по Брайлю
2. Видеофильмы по темам, соответствующим разделам

#### Аппаратура, приборы

1. Контактные термометры
2. Психрометр Августа
3. Люксметр+Яркометр Ю117
4. Анемометр АТТ-1002

### 4.2. Информационное обеспечение обучения.



## **Перечень рекомендуемых учебных изданий:**

### **1. Основные источники:**

- И.Г. Крымская, Гигиена и экология человека: учебное пособие. - Ростов на Дону: «Феникс», 2012 – 351 с.

### **2. Дополнительные источники:**

- Пивоваров Ю.П., Королик В.В., Зиневич Л.С. Гигиена и основы экологии человека. – М.: Академия. 2008 -528с.
- Тутельян В.А., Онищенко Г.Г. Государственная политика здорового питания населения: задачи и пути реализации на региональном уровне: учебное пособие. – М., 2008.-257с.
- Борисова Г.Н., Гайнутдинова С.В., Мавзютова И.П., Разбежкина Н.Ю. Сохрани свое здоровье. - Изд. 2-е изм. и доп. - Казань: КМК, 2007. - 32 с.
- Гайнутдинова С.В., Неделько О.И. Гигиеническое воспитание населения. - Изд. 2-е изм. и доп. - Казань: КМК, 2008. - 42 с.
- Л.Ю. Трушкина, А.Г. Трушкин, Л.М. Демьянова. Гигиена и экология человека. изд-во «Феникс», 2003.

### **3. 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"

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 2.4.3.1186-03 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации учебно – производственного процесса в образовательных учреждениях начального профессионального образования»;

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

ГОСТ 2761-84 «Источники централизованного хозяйственно – питьевого водоснабжения».

#### **4. Периодические печатные издания:**

Журнал «Сестринское дело»;

Журнал «Лечебная физкультура и спортивная медицина»;

Журнал «Медицинская сестра»;

Журнал «Массаж. Эстетика тела».

#### **4.3 Образовательные платформы для реализации программы с использованием электронного обучения, дистанционных образовательных технологий:**

*-образовательный портал колледжа*

*-электронная облачная платформа zoom*



## 5. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины «Гигиена и экология человека» осуществляется преподавателем в процессе проведения семинарских занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися внеаудиторной самостоятельной работы.

<b>Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки результатов обучения</b>
<b>Освоенные умения:</b>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• проводить санитарно-просветительную работу с пациентом и (или) его семьей;</li></ul>	<b>Текущий контроль</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Индивидуальный устный опрос по теме: 7</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• вести и пропагандировать здоровый образ жизни;</li></ul>	<b>Текущий контроль</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Индивидуальный устный опрос по темам: 4, 8</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• осуществлять мероприятия по соблюдению санитарно-гигиенического режима в помещении;</li></ul>	<b>Текущий контроль</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Индивидуальный устный опрос, групповой опрос, решение ситуационных задач по темам: 5, 6</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• осуществлять контроль над соблюдением санитарно-гигиенических требований к организации работы кабинета массажа и рабочего места массажиста;</li></ul>	<b>Текущий контроль</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Устный опрос: индивидуальный, фронтальный; решение ситуационных задач по теме: 6</li></ul>
<b>Освоенные знания:</b>	



<ul style="list-style-type: none"><li>• современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы;</li><li>• факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека;</li></ul>	<p><b>Текущий контроль</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Устный, комбинированный, индивидуальный опрос по темам: 1,2,3,4</li></ul> <p><b>Текущий контроль</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Устный индивидуальный, фронтальный опрос, решение ситуационных задач по темам: 1,2,3,4,5</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• формы и методы санитарного просвещения;</li></ul>	<p><b>Текущий контроль</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Устный индивидуальный, фронтальный опрос по теме: 7</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• основы валеологии и санологии;</li></ul>	<p><b>Текущий контроль</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Устный индивидуальный, фронтальный опрос по теме: 7</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• гигиенические принципы организации здорового образа жизни;</li></ul>	<p><b>Текущий контроль</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Устный индивидуальный, фронтальный опрос, решение ситуационных задач, письменный опрос по темам: 4, 8</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• методы и средства гигиенического воспитания населения;</li></ul>	<p><b>Текущий контроль</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Устный индивидуальный, фронтальный опрос по теме: 7</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• санитарно-гигиенические требования в лечебно-профилактических учреждениях к организации работы кабинета массажа и рабочего места массажиста</li></ul>	<p><b>Текущий контроль</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Устный индивидуальный, фронтальный опрос, решение ситуационных задач, письменный опрос по темам: 5,6</li></ul>



**Итоговая аттестация**

**Дифференцированный зачет**, который рекомендуется проводить на последнем семинарском занятии. Зачет включает в себя контроль усвоения теоретического материала (в виде тестирования) и контроль усвоения умений в виде решения ситуационных задач

**Критерии оценки итогового зачета:**

- уровень освоения студентами материала, предусмотренного учебной программой дисциплины;
- уровень знаний и умений, позволяющих студенту решать типовые ситуационные задачи
- обоснованность, четкость, полнота изложения ответов;
- уровень информационно-коммуникативной культуры



**Лист регистрации изменений**

№ измене- ния	Номера листов (страниц)			Всего листов (страниц) в документ е	Вход. № сопроводитель- ного документа и дата	Подпись ответствен- ного за внесение	Дата
	Изменен- ных	Новых	Аннулиро- ванных				