Министерство здравоохранения Тверской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Кимрский медицинский колледж»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«ОП.09 Гигиена и экология человека»

Специальность 34.02.01 Сестринское дело

Кимры
2026 г.

РАССМОТРЕНО
на заседании ЦМК общеобразовательных, социально-гуманитарных и общепрофессиональных дисциплин
Протокол от 28.08.2026 г. №1

СОГЛАСОВАНО
на заседании методического совета
Протокол от 28.08.2026 г. №1

УТВЕРЖДЕНО
на заседании Педагогического совета
Протокол от 31.08.2026 г. №1

Рабочая программа учебной дисциплины «ОП.09 Гигиена и экология человека» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 Сестринское дело (далее - ФГОС СПО).

Составитель(и):
Хренова Анастасия Александровна, методист ГБПОУ «Кимрский медицинский колледж»

СОДЕРЖАНИЕ

№ п/п	Наименование раздела	Стр.
1	**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**	4
2	**СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**	5-9
3	**УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИС-ЦИПЛИНЫ**	10
4	**КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**	11

1.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОП.09 Гигиена и экология человека»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Учебная дисциплина «Гигиена и экология человека» является вариативной частью общепрофессионального цикла образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 34.02.01 Сестринское дело.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 07,ОК 09.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК	Умения	Знания
ОК 01 ОК 02 ОК 07 ОК 09 ПК 3.1 ПК 3.2 ПК 3.3	- 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 в часах**
Объем образовательной программы учебной дисциплины	**34**
в т.ч. в форме практической подготовки	**24**
в т. ч.:	
теоретическое обучение	10
практические занятия	24
Самостоятельная работа	-
Промежуточная аттестация (зачет)	зачет
ИТОГО	34

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины «ОП.09 Гигиена и экология человека»

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, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Раздел 1. Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии		**2/-**	
Тема 1.1. Гигиена как медицинская наука. Основы общей экологии.	**Содержание учебного материала** Предмет гигиены и экологии человека. История возникновения и развития гигиены. Разделы гигиены. Методы гигиенических исследований. Понятие о гигиеническом нормировании факторов окружающей среды. Классификация факторов в системе «здоровье – среда обитания». Экологический фактор риска здоровью населения. Современное состояние окружающей среды. Глобальные экологические проблемы	2	ОК 01 ОК 02 ОК 07 ОК 09 ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3
Раздел 2. Гигиена окружающей среды		**2/8**	
Тема 2.1. Гигиена и экология воздушной среды, воды, почвы.	**Содержание учебного материала** Атмосферный воздух, его физические и химические свойства. Действие на организм человека. Источники загрязнения воздуха. Влияние загрязнения атмосферного воздуха на здоровье населения. Мероприятия по санитарной охране воздушной среды Изучение принципов работы приборов по определению параметров микроклимата Вода как фактор окружающей среды. Физиологическое, гигиеническое, эндемическое и эпидемиологическое значение воды. Гигиенические требования к качеству воды хозяйственно-питьевого водоснабжения. Характеристика источников водоснабжения. Источники загрязнения водоемов. Мероприятия по санитарной охране водоисточников. Правила отбора проб воды для лабораторного исследования.	2	ОК 01 ОК 02 ОК 07 ОК 09 ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3

	Химический состав почвы. Структура. Виды почв. Физические свойства почвы. Почвообразование. Самоочищение почвы. Роль почвы в передаче эндемических, инфекционных и паразитарных заболеваний. Проблемы накопления и утилизации отходов. Системы очистки населенных мест, классификация и эффективность.		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	**8**	
	Практическое занятие № 1. Гигиеническая оценка микроклимата помещения.	4	
	Практическое занятие № 2. Отбор проб воды. Гигиеническая оценка качества питьевой воды.	4	
Раздел 3. Гигиена питания		**2/4**	
Тема 3.1. Гигиена и экология питания. Болезни питания.	**Содержание учебного материала**	2	ОК 01 ОК 02 ОК 07 ОК 09 ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3
	Значение питания для организма человека. Гигиенические основы рационального питания. Классификация пищевых продуктов. Нормы потребления пищевых веществ и энергии с учетом физиологических потребностей организма Энерготраты человека. Режим питания. Гигиенические требования к пище. Понятие о ксенобиотиках. Значение белков, жиров, углеводов в питании человека, их нормы и источники поступления в организм. Витамины и минеральные элементы. Классификация. Физиологическое значение для организма. Источники биологически-активных веществ. Заболевания, связанные с характером питания, меры профилактики. Пищевые отравления. Классификация пищевых отравлений. Особенности пищевых отравлений. Пищевые токсикоинфекции и меры профилактики. Пищевые токсикозы и меры профилактики Определение индивидуальных энерготрат и составление суточного рациона питания		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	**4**	
	Практическое занятие № 3. Гигиеническая оценка статуса питания человека.	4	
Раздел 4. Урбоэкология. Гигиена труда.		**2/8**	
Тема 4.1. Гигиена и	**Содержание учебного материала**	1	ОК 01

экология жилища и медицинских организаций.	Урбанизация и проблемы экологии. Влияние урбанизированных территорий на здоровье городского жителя. Гигиеническая планировка территории населенных мест. Медико-экологические проблемы жилой среды. Гигиеническая характеристика современных строительных и отделочных материалов. Гигиенические основы освещения, вентиляции жилых и общественных зданий Определение и оценка показателей естественного и искусственного освещения в помещениях различного назначения.		ОК 02 ОК 07 ОК 09 ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	**4**	
	Практическое занятие № 4. Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения.	4	
Тема 4.2. Основы гигиены труда.	**Содержание учебного материала**	1	ОК 01 ОК 02 ОК 07 ОК 09 ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3
	Основы физиологии труда. Современные формы трудовой деятельности. Характеристика умственной и физической деятельности. Работоспособность. Фазы работоспособности. Утомление. Переутомление и его профилактика. Понятие о профессиональных вредностях и профессиональных заболеваниях. Классификация профессиональных вредностей. Профилактика профессиональных заболеваний. Профессиональные вредности в работе зубного техника. Профилактика профессиональных заболеваний у зубного техника Исследование влияния условий труда и факторов трудового процесса на работоспособность зубного техника		
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	**4**	
	Практическое занятие № 5. Влияние вредных производственных факторов на организм человека.	4	
Раздел 5. Гигиена детей и подростков		**2**	
Тема 5.1. Физическое развитие детей и подростков.	**Содержание учебного материала**		ОК 01 ОК 02 ОК 07 ОК 09
	Здоровье детского населения. Группы здоровья. Физическое развитие детей и подростков как критерий здоровья. Методы исследования и оценки физического развития детей и подростков. Явление акселерации и децелерации.		

	Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп.		ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3
	В том числе, практических занятий и лабораторных работ	**4**	
	Практическое занятие № 6. Гигиеническая оценка физического развития детей и подростков.	4	
Раздел 6. Гигиеническое обучение и воспитание населения		**2/-**	
Тема 6.1 Гигиеническое обучение и воспитание населения	**Содержание учебного материала**	2	ОК 01 ОК 02 ОК 07 ОК 09 ПК 3.1. ПК 3.2. ПК 3.3
	Факторы, влияющие на здоровье человека. Образ жизни и его влияние на здоровье человека. Основные компоненты здорового образа жизни. 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.. Формы гигиенического воспитания: индивидуальные, групповые, массовые.		
Промежуточная аттестация в форме зачёта			
Всего:		**10/24**	

3. Условия реализации учебной дисциплины

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

Кабинет ««Гигиена и экология человека», оснащенный оборудованием:

1. Рабочее место преподавателя.
2. Посадочные места по количеству обучающихся.
3. Доска классная.
4. Стенд информационный.
5. Учебно-наглядные пособия (минимальное лабораторное оборудование, комплект учебно-наглядных пособий таблицы, схемы и др.)

техническими средствами обучения:

1. Компьютерная техника с лицензионным программным обеспечением и возможностью подключения к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».
2. Мультимедийная установка оборудование аудиовизуализации.

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен новыми изданиями.

3.2.1. Основные печатные издания

1. Карелин, А. О. Гигиена : учебник для среднего профессионального образования / А. О. Карелин, Г. А. Александрова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 472 с.

3.2.2. Основные электронные издания

1. Глиненко В.М. Гигиена и экология человека / под ред. В.М. Глиненко. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2019. – 232 с., - ISBN 978-5-9704-4866-3. Доступ из ЭБС «Конс. студ.» -Текст: электронный.

2. Архангельский, В. И. Гигиена и экология человека: учебник / В. И. Архангельский, В. Ф. Кириллов. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2023. - 176 с. - ISBN 978-5-9704-7698-7. Доступ из ЭБС «Конс. студ.». - Текст: электронный.

3.2.3. Дополнительные источники

1. Гигиена и экология человека. Основы латинского языка с медицинской терминологией. Основы микробиологии и иммунологии. Специальность СПО 31.02.01 Лечебное дело. Специальность СПО 34.02.01 Сестринское дело: сборник тестов / сост.: А. А. Сатырова, И. В. Шапошникова, Л. А. Шимко, А. И. Шульженко ; ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России, колледж. – 2-е изд., перераб. и доп. – Ростов-на-Дону: Изд-во РостГМУ, 2020. – 76 с.

2. Крымская И.Г. Гигиена и экология человека: учебное пособие: рек. ФГАУ «ФИРО»: для среднего проф. образования / И.Г. Крымская. – Изд. 3-е, доп. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2020. – 429 с. - ISBN 978-5-222-33570-3.

3. Основы рационального питания : учебное пособие / М. М. Лапкин [и др.] ; под ред. М.М. Лапкина. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2019. - 304 с. - 304 с. - ISBN 978-5-9704-5210-3.

4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины

Результаты обучения	Критерии оценки	Методы оценки
знания: - основные положения гигиены; - современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы; - факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека и его работоспособность; - факторы производственной среды и трудового процесса; - гигиенические принципы организации здорового образа жизни; - методы, формы и средства гигиенического воспитания населения.	- способность оценить состояние факторов ОС и степень опасности антропогенного загрязнения воздуха, воды, почвы для человека с использованием нормативных документов; - владение специальной терминологией, используемой в гигиене и санитарии; - последовательное изложение программного материала по гигиене и экологии человека; - свободное владение знаниями факторов ОС, их влиянием на здоровье человека; - владение знаниями в области санитарного просвещения населения в соответствии с принципами организации здорового образа жизни.	Тестирование, индивидуальный и групповой опрос, решение ситуационных задач зачет
умения - 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; - организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда на рабочем месте, санитарно-гигиенического и противоэпидемического режима.	- способность выполнения практических действий в соответствии с нормативными документами: - определение и гигиеническая оценка факторов окружающей среды, освещенности, рациона питания, физического развития детей и подростков - выступление перед аудиторией с агитационно-информационным сообщением по вопросам формирования здорового образа жизни; - оформление санитарных бюллетеней, памяток, буклетов.	Экспертная оценка выполнения практических заданий