

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Басий Раиса Васильевна

Должность: Проректор по учебной работе

Дата подписания: 23.12.2025 09:49:57

Уникальный программный ключ:

1f1f00dcee08ce5fee9b1af247120f3bdc9e78f8

«Донецкий государственный медицинский университет имени М. Горького»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное

образовательное учреждение высшего образования

«Донецкий государственный медицинский университет имени М. Горького»

«Утверждаю»

Проректор по учебной работе
док. Басий Р.В.



2025 г.

Рабочая программа дисциплины

ОП.10 ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

для студентов 1 курса медицинского колледжа

Направление подготовки: 31.00.00 Клиническая медицина

Специальность: 31.02.01 Лечебное дело

Квалификация: фельдшер

Срок обучения: 2 года 10 месяцев

Форма обучения: очная

Донецк

2025

Разработчики рабочей программы:

Потапов Александр Анатольевич

доцент кафедры гигиены и экологии им.
проф. О.А. Ласткова, к.мед.н., доцент

Горохова Анастасия Андреевна

ассистент кафедры гигиены и экологии
им. проф. О.А. Ласткова

Рабочая программа обсуждена на учебно-методическом заседании кафедры гигиены и экологии им. проф. О.А. Ласткова

« 6 » июн 2025 г. Протокол № 12

Заведующий кафедрой гигиены и экологии
им. проф. О.А. Ласткова,
д. мед.н., профессор

 Д.О. Ластков

Рабочая программа рассмотрена на заседании профильной методической комиссии по гигиеническим дисциплинам

« 3 » июн 2025 г. Протокол № 4

Председатель комиссии, проф

 С.В. Грищенко

Директор библиотеки

 И.В. Жданова

Рабочая программа в составе учебно-методического комплекса дисциплины утверждена в качестве компонента ОП в составе комплекта документов ОП на заседании ученого совета ФГБОУ ВО ДонГМУ Минздрава России

протокол № 7 от «26» июн 2025 г.

ЛИСТ АКТУАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Дата и номер протокола утверждения	Раздел РП	Основание актуализации	Должность, Ф.И.О., подпись ответственного за актуализацию

СОДЕРЖАНИЕ

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

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.10 Гигиена и экология человека

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.10 «Гигиена и экология человека» включена в вариативную часть учебного плана профессиональной подготовки фельдшеров в соответствии с ФГОС СПО по специальности 31.02.01 Лечебное дело.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии: ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

Цель изучения дисциплины – выработать понимание взаимосвязи здоровья и окружающей среды и необходимости проведения профилактических мероприятий по оптимизации среды и сохранению, укреплению здоровья; сформировать у будущих фельдшеров профилактическое мышление и способность выявлять причинно-следственные связи в системе «факторы среды обитания человека – здоровье населения» при осуществлении своей профессиональной деятельности.

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК	Умения	Знания
ПК 4.2.	<p>проводить работу по реализации программ здорового образа жизни, в том числе программы снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;</p> <p>проводить индивидуальные (групповые) беседы с населением в пользу здорового образа жизни, по вопросам личной гигиены, гигиены труда и отдыха, здорового питания, по уровню физической активности, отказу от курения табака и потребления алкоголя, мерам профилактики предотвратимых болезней;</p> <p>проводить консультации по вопросам планирования семьи;</p> <p>формировать общественное мнение в пользу здорового образа жизни, мотивировать население на здоровый образ жизни или изменение образа жизни, улучшение качества жизни, информировать о способах и программах отказа от вредных привычек;</p> <p>проводить профилактическое консультирование населения с выявленными хроническими заболеваниями и факторами риска их развития.</p>	<p>информационные технологии, организационные формы и методы по формированию здорового образа жизни населения, в том числе программы снижения веса, потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедицинским потреблением наркотических средств и психотропных веществ;</p> <p>рекомендации по вопросам личной гигиены, контрацепции, здорового образа жизни, профилактике заболеваний.</p>

КОД ЛР	Личностные результаты реализации программы воспитания
ЛР 9	Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.
ЛР 10	Заботящийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой.
ЛР 12	Принимающий семейные ценности, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы		Объём в часах
Общий объём дисциплины		34
Аудиторная работа		34
в том числе	лекции	14
	практические занятия	20
	семинарские занятия	
	лабораторные занятия	
Самостоятельная работа		
Консультации		
Промежуточная аттестация проводится в форме зачёта		

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
Тема 1.1. Введение в гигиену и экологию. Методы гигиенических исследований	Содержание учебного материала Предмет, содержание и задачи гигиены, связь с другими дисциплинами. Взаимодействие организма и окружающей среды. Влияние социальных и природных факторов на здоровье населения. Характеристика содержания основных разделов гигиенической науки и основных методов исследований, применяемых в гигиене. Система профилактических мероприятий.	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
Тема 1.2. Здоровый образ жизни и личная гигиена	Содержание учебного материала: Организация режима дня различных групп населения (дети и подростки, взрослые работающие, беременные и кормящие). Значение психологического настроя на здоровый образ жизни. Гигиена полости рта. Гигиенические требования к проведению утренней гигиенической гимнастики и физической оздоровительной тренировки. Гигиенические требования к проведению закаливающих процедур. В том числе практических занятий и лабораторных работ:	4 2 2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
Тема 1.3. Методика гигиенической оценки пылевого и химического факторов воздушной среды	Содержание учебного материала Источники и гигиеническое значение загрязнения воздушной среды в современных условиях. Гигиенические характеристики пылевого и химического факторов. Особенности влияния на организм человека. Методы изучения пылевого и химического факторов. Профилактика заболеваний.. В том числе практических занятий и лабораторных работ:	2 2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10
Тема 1.4.	Содержание учебного материала	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Методика гигиенической оценки метеофакторов	<p>Понятие микроклимата, факторы его формирующие. Влияние на организм параметров микроклимата. Методика определения и оценки параметров микроклимата. Методика построения розы ветров. Особенности микроклимата в помещениях различного назначения. Влияние на организм погодных условий. Мероприятия по обеспечению комфортного микроклимата и улучшения параметров обитаемости помещений различного назначения.</p> <p>В том числе практических занятий и лабораторных работ:</p>		
Тема 1.5. Вода и здоровье	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Физиолого-гигиеническое значение воды. Роль воды в распространении инфекционных и неинфекционных заболеваний. Факторы, определяющие качество воды. Показатели качества воды, их гигиеническое значение и оценка в различных условиях организации водоснабжения. Виды и системы водоснабжения. Основные и специальные методы улучшения качества воды.</p>	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10
Тема 1.6. Питание как фактор здоровья	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Питание как социально-биологическая и гигиеническая проблема. Пища – сложный фактор окружающей среды, ее функции в организме. Теории питания, виды питания, их характеристика. Понятие о рациональном питании, гигиенические требования к нему. Основы физиологического нормирования питания населения.</p>	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
Тема 1.7. Гигиеническая характеристика	Содержание учебного материала	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
основных продуктов питания	Пищевые компоненты, их значение для организма. Пищевая и биологическая ценность основных продуктов питания. Сбалансированность питательных веществ в рационе питания.		
Тема 1.8. Методика оценки адекватности индивидуального питания расчетным методом	Содержание учебного материала	4	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
	Методика составления меню-раскладки. Оценка количественных и качественных характеристик пищевого рациона в соответствии с суточными энерготратами. Физиологическое нормирование питания. Коррекция индивидуального питания.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ:	4	
Тема 1.9. Профилактика алиментарно-обусловленных заболеваний	Содержание учебного материала	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
	Алиментарно-обусловленные заболевания, понятия, причины возникновения, классификация. Профилактика алиментарно-обусловленных заболеваний.		
	Понятие о пищевых отравлениях, причины возникновения, классификация. Система мер профилактики пищевых отравлений. Роль фельдшера в диагностике, расследовании и профилактике пищевых отравлений.		
Тема 1.10.	Содержание учебного материала	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Труд и здоровье. Основы медицины труда	Понятие о вредных и опасных факторах, профессиональных и профессионально обусловленных заболеваниях, тяжести и напряженности труда. Физиолого-гигиенические особенности физического, умственного и нервно-эмоционального (операторского) труда человека. Динамика работоспособности человека. Физиолого-гигиеническая характеристика производственного утомления и переутомления. Профилактика переутомления при различных видах труда.		
Тема 1.11. Методика гигиенической оценки электромагнитных излучений и полей	Содержание учебного материала	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10
	Неионизирующие излучения как фактор окружающей и производственной среды. Электромагнитные излучения и поля радиочастотного диапазона и СВЧ-диапазона. Их источники, характеристика, действие на организм.		
	Ионизирующее излучение как фактор производственной среды. Источники, характеристика, особенности действия на организм. Профилактика профессиональных поражений и заболеваний.		
Тема 1.12. Методика гигиенической оценки акустических и механических колебаний	В том числе практических занятий и лабораторных работ:	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
	Содержание учебного материала	2	
	Шум, вибрация, инфразвук, ультразвук как факторы окружающей и производственной среды. Их источники, гигиеническая характеристика, действие на организм. Профилактика профессиональных поражений и заболеваний.		
Тема 1.13.	Содержание учебного материала	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем в часах	Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы
Методика гигиенической оценки условий зрительной работы	Гигиеническое значение рационального освещения полей зрения. Виды и системы освещения. Гигиенические требования к количественным и качественным характеристикам освещения. Особенности зрительной работы при использовании компьютерной техники. Методика оценки условий зрительной работы.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ:	2	
Тема 1.14. Физиолого-гигиенические аспекты воспитания и обучения детей и подростков	Содержание учебного материала Физиолого-гигиенические основы организации воспитания и обучения. Гигиенические аспекты профилактики переутомления и повышения работоспособности школьников. Организация физического воспитания. Гигиенические требования к школьной мебели. Правила рассаживания учеников в классе, методика гигиенической оценки.	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
	Содержание учебного материала Теоретические вопросы, рассмотренные в материалах лекций и практических занятий.	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
Тема 1.15. Итоговое занятие Дифференцированный зачёт	В том числе практических занятий и лабораторных работ:	2	
Всего		34	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

№	Наименование оборудования	Техническое описание
I Специализированная мебель и системы хранения		
Основное оборудование:		
1	Функциональная мебель для обеспечения посадочных мест по количеству обучающихся	
2	Функциональная мебель для оборудования рабочего места преподавателя	
3	Специализированные стенды «Микроклимат и освещение помещений».	
4	Специализированные стенды «Гигиена водоснабжения».	
5	Специализированные стенды «Гигиена питания».	
6	Специализированные стенды «Гигиена труда».	
7	Специализированные стенды «Радиационная гигиена».	
8	Специализированные стенды «Гигиена детей и подростков».	
Дополнительное оборудование:		
	экраны	
II Технические средства		
Основное оборудование:		
1	психрометр аспирационный Ассмана.	
2	анемометр крыльчатый.	
3	анемометр чашечный.	
4	люксметр Ю-116.	
5	Барометр-анероид МД-49-2.	
6	газоанализатор химический.	
7	электроаспиратор Тайфун Р-20-20-2-2.	
8	электроаспиратор Мод 822.	
9	кассеты и аллонжи для отбора проб на фильтры АФА.	
10	поглотители для отбора проб воздуха.	
11	термометр.	
12	гигрометр.	
13	актинометр.	
14	приборы дозиметрического контроля.	
15	шумомер.	
16	медицинские весы.	
17	ростометры.	
Дополнительное оборудование:		
	компьютеры с возможностью подключения к сети «Интернет», Wi-Fi и доступом к электронной информационно-образовательной среде (ИОС) и электронно-библиотечной системе (ЭБС) ФГБОУ ВО ДонГМУ Минздрава России	ОС Windows
III Демонстрационные учебно-наглядные пособия¹		
Основное оборудование:		
	Методические указания для студентов	

Таблицы	
Схемы	
Компьютерные презентации	
Фильмы	
Дополнительное оборудование:	
	мультимедийный проектор, телемонитор

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

а) Основная литература

- Гигиена: учебник / П. И. Мельниченко, В. И. Архангельский, Т. А. Козлова [и др.]; под редакцией П. И. Мельниченко. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2022. - 656 с.: ил.- Текст: непосредственный.
- Морозов, М. А. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний : учебное пособие / М. А. Морозов. - 2-е изд., доп. и испр. - Электрон. текст дан. (1 файл: 9018 КБ). - Санкт-Петербург: СпецЛит, 2013. - 175 с.: ил. - Режим доступа: локал. компьютер. сеть Б-ки ФГБОУ ВО ДонГМУ Минздрава России - Заглавие с титульного экрана. - Текст: электронный.

б) Дополнительная литература

- Ачкасов, Е. Е. Инструктор здорового образа жизни и Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне": учебное пособие / Е. Е. Ачкасов, Е. В. Машковский, С. П. Левушкин. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 256 с. - ISBN 978-5-9704-3659-2. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970436592.html> (дата обращения: 21.06.2023). - Режим доступа: по подписке.
- Экология человека: учебник для вузов / под редакцией А. И. Григорьева. - Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 240 с. - ISBN 978-5-9704-3747-6. - Текст: электронный // ЭБС "Консультант студента": [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785970437476.html> (дата обращения: 21.06.2023). - Режим доступа: по подписке.

в) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

- Электронный каталог WEB-OPAC Библиотеки ФГБОУ ВО ДонГМУ Минздрава РФ <https://katalog-megapro.dnmu.ru/>
- ЭБС «Консультант студента» <http://www.studentlibrary.ru>
- ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/>
- Научная электронная библиотека (НЭБ) eLibrary <http://elibrary.ru>
- Информационно-образовательная среда ВО ДонГМУ Минздрава РФ <http://distance.dnmu.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Критерии оценки	Методы оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины		
<p><u>Знать:</u></p> <p>основы взаимодействия организма и окружающей среды; особенности влияния различных факторов среды на здоровье, пути их взаимодействия и формы проявления;</p> <p>принципы организации мероприятий по предупреждению неблагоприятного воздействия факторов окружающей среды на человеческий организм;</p> <p>современные гигиенические проблемы профилактики заболеваний инфекционной и неинфекционной природы;</p> <p>гигиенические основы здорового образа жизни.</p>	<p>владеет профессиональной терминологией;</p> <p>демонстрирует системные знания о методах исследования факторов окружающей среды;</p> <p>демонстрирует системные знания о причинно-следственных связях в системе «факторы среды обитания человека – здоровье населения».</p>	<p>Тестирование.</p> <p>Устный опрос.</p> <p>Оценка индивидуальных практических заданий.</p> <p>Практические занятия.</p>
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
<p><u>Уметь:</u></p> <p>установить степень риска для здоровья в системе «внешняя среда – часть населения» с последующей разработкой профилактических мероприятий;</p> <p>оценивать индивидуальное питание с использованием расчетных и лабораторно – клинических методов исследования;</p> <p>оценивать качество питьевой воды по данным лабораторного анализа;</p> <p>оценивать факторы окружающей среды и условия труда по данным санитарно-гигиенического обследования и лабораторных исследований;</p> <p>оценивать режим и условия обучения детей и подростков;</p> <p>давать рекомендации по организации режима дня и соблюдению правил личной гигиены, организации здоровьесберегающей среды.</p>	<p>демонстрирует умение выступать перед аудиторией: презентация образовательного продукта;</p> <p>демонстрирует умение выявлять факторы риска, способствующие возникновению и распространению заболеваний, в том числе инфекционных и разрабатывать мероприятия по их профилактике в ходе профессиональной деятельности;</p> <p>демонстрирует умение формировать комплекс профилактических мероприятий.</p>	<p>Оценка индивидуальных практических заданий.</p> <p>Практические занятия.</p>