

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:
1f1f00dcee08ce5fee9b1af247120f3bdc9e28f8

**МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Донецкий государственный медицинский университет имени М. Горького»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**



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 » мая 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 » июня 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» июня 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	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
	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.		
Тема 1.2. Здоровый образ жизни и личная гигиена	Содержание учебного материала:	4	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
	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.	2	
	В том числе практических занятий и лабораторных работ:	2	
Тема 1.3. Методика гигиенической оценки пылевого и химического факторов воздушной среды	Содержание учебного материала	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10
	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	
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	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.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ:	2	
Тема 1.5. Вода и здоровье	Содержание учебного материала	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10
	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.		
Тема 1.6. Питание как фактор здоровья	Содержание учебного материала	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
	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.		
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.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ:	2	
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.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ:	2	
Тема 1.12. Методика гигиенической оценки акустических и механических колебаний	Содержание учебного материала	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
	Шум, вибрация, инфразвук, ультразвук как факторы окружающей и производственной среды. Их источники, гигиеническая характеристика, действие на организм. Профилактика профессиональных поражений и заболеваний.		
	В том числе практических занятий и лабораторных работ:	2	
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	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
	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.		
Тема 1.15. Итоговое занятие Дифференцированный зачёт	Содержание учебного материала	2	ПК 4.2, ЛР 9, ЛР 10, ЛР 12
	Теоретические вопросы, рассмотренные в материалах лекций и практических занятий.		
	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		
<i>Основное оборудование:</i>		
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».	
<i>Дополнительное оборудование:</i>		
	экраны	
II Технические средства		
<i>Основное оборудование:</i>		
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	ростомеры.	
<i>Дополнительное оборудование:</i>		
	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		
<i>Основное оборудование:</i>		
	Методические указания для студентов	

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

3.2. Информационное обеспечение реализации программы

а) Основная литература

1. 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.
2. 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

1. 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.
2. 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

1. Электронный каталог WEB-OPAC Библиотеки ФГБОУ ВО ДонГМУ Минздрава РФ <https://katalog-megapro.dnmu.ru/>
2. ЭБС «Консультант студента» <http://www.studentlibrary.ru>
3. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» <https://biblioclub.ru/>
4. Научная электронная библиотека (НЭБ) eLibrary <http://elibrary.ru>
5. 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		
<u>Знать:</u> основы взаимодействия организма и окружающей среды; особенности влияния различных факторов среды на здоровье, пути их взаимодействия и формы проявления; принципы организации мероприятий по предупреждению неблагоприятного воздействия факторов окружающей среды на человеческий организм; современные гигиенические проблемы профилактики заболеваний инфекционной и неинфекционной природы; гигиенические основы здорового образа жизни.	владеет профессиональной терминологией; демонстрирует системные знания о методах исследования факторов окружающей среды; демонстрирует системные знания о причинно-следственных связях в системе «факторы среды обитания человека – здоровье населения».	Тестирование. Устный опрос. Оценка индивидуальных практических заданий. Практические занятия.
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины		
<u>Уметь:</u> установить степень риска для здоровья в системе «внешняя среда – часть населения» с последующей разработкой профилактических мероприятий; оценивать индивидуальное питание с использованием расчетных и лабораторно – клинических методов исследования; оценивать качество питьевой воды по данным лабораторного анализа; оценивать факторы окружающей среды и условия труда по данным санитарно-гигиенического обследования и лабораторных исследований; оценивать режим и условия обучения детей и подростков; давать рекомендации по организации режима дня и соблюдению правил личной гигиены, организации здоровьесберегающей среды.	демонстрирует умение выступать перед аудиторией: презентация образовательного продукта; демонстрирует умение выявлять факторы риска, способствующие возникновению и распространению заболеваний, в том числе инфекционных и разрабатывать мероприятия по их профилактике в ходе профессиональной деятельности; демонстрирует умение формировать комплекс профилактических мероприятий.	Оценка индивидуальных практических заданий. Практические занятия.