

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Позоян Оксана Гарниковна
Должность: директор филиала
Дата подписания: 25.05.2026 16:10:34
Уникальный программный ключ:
f420766fb84d98e07c9fb62ea5e5a7814d505ef5

**СОВРЕМЕННАЯ
ШКОЛА
БИЗНЕСА**

**БУДЕННОВСКИЙ ФИЛИАЛ КОЛЛЕДЖ
«СОВРЕМЕННАЯ ШКОЛА БИЗНЕСА»
ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**356800, г. Буденновск, 8 мкр-он,
д.17А,
1 мкр-он д.17
+7(86559) 2-36-91
+7(86559) 2-37-96
bf.college@mail.ru / www.bf.ecmsb.ru**

УТВЕРЖДАЮ

Директор БФ ЧПОУ Колледж
«Современная школа бизнеса»

О.Г. Позоян
«26» _____ мая _____ 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОПЦ.08 ГИГИЕНА

*Общепрофессионального цикла
программы подготовки специалистов среднего звена
по специальности 34.02.01 Сестринское дело
Год набора 2026*

Буденновск, 2026

Рабочая программа составлена с учетом федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 Сестринское дело, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 04.07.2022 № 527(с изменениями от 03 июля 2024 года, с изменениями от 20.03.2026г. №193).

Рабочая программа предназначена для преподавания общепрофессиональной дисциплины обучающимся очной формы обучения по специальности **34.02.01 «Сестринское дело»**

Организация-разработчик: БФ Частное профессиональное образовательное учреждение Колледж «Современная школа бизнеса».

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании цикловой методической комиссии медико-биологических дисциплин, протокол № 10 от 25.05.2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	14
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	16

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОПЦ.08 ГИГИЕНА

1.1. Область применения программы

Примерная программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 34.02.01 Сестринское дело.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина **ОПЦ.08 Гигиена** входит в состав дисциплин профессионального цикла.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен *уметь*:

- вести и пропагандировать здоровый образ жизни.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен *знать*:

- основные положения гигиены и санитарии;
- роль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населения;
- правовые основы рационального природопользования;
- значение гигиены в фармацевтической деятельности.

Содержание учебной дисциплины ориентировано на подготовку обучающихся к освоению и овладению следующих 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 выполнение 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 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

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 9. Ориентироваться в условиях смены технологий в профессиональной деятельности.

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 12. Организовывать рабочее место с соблюдением требований охраны труда, производственной санитарии, инфекционной и противопожарной безопасности.

ОК 13. Вести здоровый образ жизни, заниматься физической культурой и спортом для укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.
укрепления здоровья, достижения жизненных и профессиональных целей.

ПК 1.1. Проводить мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, пациента и его окружения.

ПК 1.2. Проводить санитарно-гигиеническое воспитание населения.

ПК 1.3. Участвовать в проведении профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний.

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 2.3. Сотрудничать с взаимодействующими организациями и службами.

ЛР 7 Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.

ЛР 9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д.. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося 72 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 66 часов;
- самостоятельной работы обучающегося 6 часа;

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОПЦ.08 ГИГИЕНА

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Количество
Максимальная учебная нагрузка(всего)	64
Обязательная аудиторная учебная нагрузка(всего)	
В том числе:	
лекционные занятия	34
практические занятия	18
курсовая работа (проект)	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	6
Форма итоговой аттестации – экзамен	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОПЦ.08 ГИГИЕНА

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень усвоения
1	2		3	4
СЕМЕСТР 4				
Раздел 1.	Основные положения гигиены и экологии человека		2	
Введение. Гигиена и экология человека как наука			2	
Раздел 2.	Гигиена окружающей среды		10	
Тема 2.1. Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение	Содержание учебного материала			2
	1.	Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение.	2	
	2.	Основные источники загрязнения атмосферного воздуха и его защита. Понятия о ПДК, ПДУ.		
	Практическое занятие № 1		4	3
	1.	Воздух как фактор окружающей среды. <i>Гигиеническая оценка микроклимата закрытых помещений.</i>	2	
	Самостоятельная работа обучающихся		2	3
	1.	Подготовка информационного сообщения: «Влияние загрязнителей на здоровье и быт населения».		
	2.	Формирование информационного блока по теме: Правовые основы рационального природопользования: Федеральный закон от 4 мая 1999 г. N 96-ФЗ «Об охране атмосферного воздуха».		
Тема 2.2. Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение	Содержание учебного материала		8	1
	1.	Физиологическая роль воды в организме.	2	
	2.	Роль воды в распространении инфекционных и неинфекционных заболеваний, особенности водных эпидемий, геохимические эндемии.		
	Практическое занятие № 2		4	2
	1.	Роль водного фактора в формировании здоровья населения. <i>Особенности водных эпидемий.</i>		

Тема 2.3 Почва, ее физические и химические свойства.	Содержание учебного материала.		2	1
	1.	Значение почвы как элемента биосферы.		2
	2.	Химический состав, структура, роль почвы.		
	3.	Роль микроорганизмов в почвообразовательном процессе.		
	4.	<i>Санитарная охрана почвы.</i>		
Раздел 3.	Экологические и гигиенические проблемы жилых и общественных зданий.		8	
Тема 3.1. Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий	Содержание учебного материала.			1
	1.	<i>Требования к застройке населенных мест. Зонирование населенных мест.</i>	2	1
	2.	Роль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населения: гигиенические требования к планировке, освещению, отоплению, вентиляции жилых и общественных зданий.		
	Практическое занятие № 3			2
	1.	Экологическое и гигиеническое значение жилища. <i>Гигиенические требования к планировке, освещению, отоплению, вентиляции жилых и общественных зданий</i>	4	
	Самостоятельная работа обучающихся			2
	1.	Составление опорного конспекта: «Воздействие жилищных условий и степени благоустройства на здоровье и жизнедеятельность человека».	2	
	2.	Подготовка информационного сообщения: «Экологическая характеристика современных отделочных и строительных материалов».		
	СЕМЕСТР 5			
Раздел 4.	Гигиена питания			
Тема 4.1. Гигиенические основы питания. Пищевая и биологическая	Содержание учебного материала		4	1
	1.	Основы рационального питания.		
	2.	Физиологические нормы питания, режим питания.		
	3.	<i>Принципы диетического питания, принципы составления лечебных диет.</i>		
	Практические занятия № 4		4	2

ценность продуктов питания	1.	Физиологические нормы питания, режим питания. <i>Расчет суточного рациона. Вести и пропагандировать здоровый образ жизни: Болезни, обусловленные пищевой неадекватностью: избыточное питание, авитаминозы, белково-калорийная недостаточность.</i>		
	Самостоятельная работа обучающихся		2	3
	1.	Создание материалов презентации по вопросам темы: «Болезни, обусловленные пищевой неадекватностью: избыточное питание, белково-калорийная недостаточность»; «Болезни, обусловленные пищевой неадекватностью – авитаминозы»; «Йодированные продукты и продукты, обогащенные йодом».		
Тема 4.2. Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно – профилактическое	Содержание учебного материала			
		Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно – профилактическое	4	
	Практические занятия № 5		4	
		Основы рационального питания. Режим питания		
Тема 4.3. Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика	Содержание учебного материала		4	1
	1.	Требования, предъявляемые к пищевым продуктам.		
	2.	Заболевания, связанные с характером питания и качеством пищевых продуктов.		
	3.	Инфекционные заболевания, гельминтозы, передающиеся алиментарным путем.		
	Практическое занятие № 6		4	2
	1.	Требования, предъявляемые к пищевым продуктам.		
	2.	<i>Заболевания, связанные с характером питания и качеством пищевых продуктов. Пищевые токсикоинфекции, токсикозы. Профилактика инфекционных заболеваний.</i>		
Раздел 5.	Гигиена труда.			
Тема 5.1. Гигиенические основы трудовой деятельности.	Содержание учебного материала		4	1
	1.	Трудовая деятельность и физиологические функции организма.		2
	2.	Особенности труда аптечных работников.		
	3.	Влияние производственных и социальных факторов на здоровье аптечных работников: профессиональные вредности и профессиональные заболевания.		
Раздел 6.	Гигиеническое обучение и воспитание населения.			
Тема 6. 1.	Содержание учебного материала		4	

Санитарно-гигиенические требования к помещениям разного назначения	1.	Санитарно-гигиенические требования к помещениям разного назначения		
	Практическое занятие № 7		4	
	1.	<i>Комплексная гигиеническая оценка размещения, условий труда и санитарного режима в аптеках.</i>		
Экзамен			2	
Всего			64	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 - ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств).
- 2 - репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством).
- 3 - продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

2.3 Примерная тематика рефератов

1. Основные экологические проблемы современности.
2. Законы экологии и их значение для физической культуры.
3. Экологически зависимые заболевания.
4. Роль антропогенных изменений атмосферы в возникновении заболеваний.
5. Озоновый экран Земли.
6. Атмосферное давление и здоровье.
7. Глобальная циркуляция атмосферы ее влияние на человека и биосферу.
8. Роль гидросферы в круговороте и переносе вещества.
9. Загрязнение гидросферы и здоровье человека.
10. Вода, как лечебный фактор.
11. Разломы земной коры и мировое размещение курортов.
12. Миграция вещества в литосфере и его влияние на живые организмы.
13. Роль человека в биосфере.
14. Пищевые цепи и круговорот вещества в биосфере.
15. Пищевые продукты – источники заболеваний.
16. Сбалансированное питание.
17. Вегетарианство.
18. Чудо голодания. Опасности и реалии.
19. Микроэлементы – необходимые компоненты пищи.
20. Христианство (буддизм, индуизм, мусульманство) и экология.
21. Адаптация – неотъемлемая часть жизни.
22. Адаптация и болезнь.
23. Адаптация к различным факторам среды (социальным, алиментарным, климатическим, и т.д.).
24. Биоритмы и труд.
25. Биоритмы и болезнь.
26. Экология и космос.
27. В.И.Вернадский и его учение о биосфере.
28. Экология, демография и развитие медицинской помощи.
29. Глобальное потепление климата и здоровье населения.
30. Экологические условия среды (России, Марокко, Нигерии и т.д.), обычаи, традиции и здоровье населения.

2.4 Примерный перечень вопросов к экзамену

1. Предмет, проблемы и задачи экологии человека. Актуальность и практическая значимость современных исследований по экологии человека.
2. Исторические этапы развития экологии человека.
3. Система применяемых понятий (окружающая среда, здоровье, антропоэкосистема и др.).
4. Здоровье как критерий качества окружающей среды. Показатели здоровья.
5. Основные принципы научных исследований в экологии человека.
6. Основные показатели, характеризующие здоровье людей и состояние окружающей среды.

7. Основные методы исследований в науках, изучающих систему «ОС - жизнедеятельность человека».
8. Роль географической среды в эволюции человека и общества.
9. Адаптация человека к условиям окружающей среды. Механизмы адаптации.
10. Экологическая дифференциация человечества (расы, адаптивные типы). Закономерности географической изменчивости черт строения тела и обменных процессов.
11. Природные и антропогенные факторы риска для здоровья человека. Представление о природных и социально-экономических предпосылках болезней.
12. Классификация болезней и патологических состояний по степени и характеру их зависимости от факторов окружающей среды.
13. Влияние геофизических факторов на жизнедеятельность человека.
14. Влияние геохимических факторов на жизнедеятельность человека. Роль микроэлементов.
15. Роль питания для жизнедеятельности человека. Болезни, связанные с алиментарной недостаточностью. Роль витаминов.
16. Энергозатраты организма и стратегии их восполнения.
17. Концепция природной очаговости болезней.
18. Эпидемиология и география основных природноочаговых болезней России (тундра, степь, пустыня).
19. Эпидемиология и география основных природноочаговых болезней России (лесная зона).
20. Эпидемиология и география основных природноочаговых болезней России (полизоональные и интразональные).
21. Эпидемиология и география основных болезней, вызываемых живыми возбудителями (антропонозы).
22. Наследственность человека и окружающая среда.
23. Генофонд популяции человека и критерии его оценки.
24. Факторы, влияющие на генофонд.
25. Основные мутагены окружающей среды.
26. Стихийные бедствия и природные катастрофы и их влияние на жизнедеятельность людей.
27. Классификация чрезвычайных ситуаций.
28. Антропогенные катастрофы и их медико-экологические последствия.
29. Опасности и чрезвычайные ситуации экологического характера.
30. Факторы риска для человека в условиях высоких широт.
31. Факторы риска для человека в аридных ландшафтах.
32. Факторы риска для человека в тропических лесах.
33. Экология человека и водная среда обитания.
34. Экология человека при автономном существовании в экстремальных условиях.
35. Экология человека в высокогорьях.
36. Глобальные экологические проблемы в медико-экологическом контексте.

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.05 ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

1. Кабинет гигиены и экологии человека
2. Комплект учебной мебели:
3. ученические столы – 20 шт.,
4. стулья – 40 шт.,
5. преподавательский стол – 1 шт.,
6. кафедра для чтения лекций – 1 шт.,
7. шкаф для учебной и методической литературы – 1 шт.,
8. доска учебная – 1 шт.
9. Наглядные средства обучения:
10. комплект учебно-наглядных пособий (плакаты, раздаточный материал, таблицы) – 10 шт.,
11. Технические средства обучения:
12. рабочее место преподавателя, ноутбук
13. с подключением к сети «Интернет», принтер..

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. Лицензия на право установки и использования операционной системы специального назначения «Astra Linux Spiceal Edition» для 64-х разрядной платформы на базе процессорной архитектуры x86-64 (очередное обновление 1.7), уровень защищенности «Максимальный» («Смоленский») РУСБ. 10015-01 (ФСТЭК) способ передачи электронный, для рабочей станции, без ограничения срока, с включенной технической поддержкой тип «Стандарт» на 12 месяцев. OS1201X8617DIG000WS01-ST12.
2. Лицензия на право установки и использования операционной системы специального назначения «Astra Linux Spiceal Edition» для 64-х разрядной платформы на базе процессорной архитектуры x86-64 (очередное обновление 1.7), уровень защищенности «Максимальный» («Смоленский») РУСБ. 10015-01 (ФСТЭК) способ передачи электронный, для рабочей станции, без ограничения срока, с включенной технической поддержкой тип «Стандарт» на 12 месяцев. OS1201X8617COP000WR01-ST12.

Основная литература:

1. Козлов, А. И. Гигиена и экология человека. Питание : учебное пособие для

среднего профессионального образования / А. И. Козлов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 187 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-12965-6. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/448654> (дата обращения: 06.04.2021).

2. Матвеева, Н.А. Гигиена и экология человека : учебник / Матвеева Н.А. — Москва : КноРус, 2020. — 332 с. — ISBN 978-5-406-07828-0. — URL: <https://book.ru/book/936676> (дата обращения: 07.04.2021). — Текст : электронный.
3. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 206 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06430-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/454420> (дата обращения: 08.09.2020).

Дополнительная литература

1. Матвеева, Н.А. Гигиена и экология человека. : учебник / Матвеева Н.А. — Москва : КноРус, 2019. — 325 с. — (СПО). — ISBN 978-5-406-03080-6. — URL: <https://book.ru/book/930420> (дата обращения: 28.10.2019). — Текст : электронный.
2. Несмелова, Н. Н. Экология человека : учебник и практикум для среднего профессионального образования / Н. Н. Несмелова. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 157 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-13283-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/457404> (дата обращения: 08.09.2020).
3. Трифонова, Т. А. Гигиена и экология человека : учебное пособие для среднего профессионального образования / Т. А. Трифонова, Н. В. Мищенко, Н. В. Орешникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 206 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06430-8. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/473314> (дата обращения: 06.04.2021).

Официальные издания (сборники законодательных актов, нормативных правовых актов и кодексов Российской Федерации и пр.)

1. Конституция Российской Федерации (с гимном России). - Москва: Проспект, 2020. - 64 с.
2. Гражданский кодекс Российской Федерации. Части первая, вторая, третья, четвертая. - Москва: Проспект, 2019. - 736 с.
3. Гражданский процессуальный кодекс Российской Федерации. - Москва: Проспект, 2019. - 304 с.

4. Налоговый кодекс Российской Федерации. Части первая и вторая . - Москва: Проспект, 2019. - 1168 с.
5. Трудовой кодекс Российской Федерации. - Москва: Проспект, 2019. - 272 с.

Периодические издания (журналы, газеты, научные периодические издания)

1. Журнал Медицинская сестра
2. Журнал Медицинское право

Информационные справочно-правовые системы:

1. Консультант-Плюс –<http://www.consultant.ru/>

Интернет–ресурсы:

1. <http://www.book.ru/>
2. <https://urait.ru>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Освоенные умения: — вести и пропагандировать здоровый образ жизни.	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач, контроль выполнения практического задания по темам.
Усвоенные знания: — основные положения гигиены и санитарии	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач по темам..
— роль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населения	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач по темам.
— правовые основы рационального природопользования	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование по темам.
— значение гигиены в фармацевтической деятельности	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач по темам.

