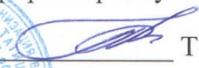


**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВОЛЖСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ В.Н. ТАТИЩЕВА» (ИНСТИТУТ)
ФАКУЛЬТЕТ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе


Т.Б. Исакова



«13» октября 20 16 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ И ЭКОЛОГИИ ЧЕЛОВЕКА**

для специальности: 43.02.04 «Прикладная эстетика»

Тольятти, 2016

Разработана Шайкеновой О.В.
Рабочая программа дисциплины
согласована с выпускающими кафедрами:

Зав. кафедрой « _____ »
« ____ » _____ 20__ г. _____
_____ *ФИО*

Зав. кафедрой « _____ »
« ____ » _____ 20__ г. _____
_____ *ФИО*

Зав. кафедрой « _____ »
« ____ » _____ 20__ г. _____
_____ *ФИО*

обсуждена и рекомендована к использованию и (или) изданию решением
кафедры

« ____ » _____ 20__ г. протокол № _____
Зав. кафедрой « _____ » _____
_____ *ФИО*

одобрена Учебно-методическим советом факультета

« ____ » _____ 20__ г. протокол № _____
_____ *ФИО*

одобрена Учебно-методическим советом вуза

« ____ » _____ 20__ г. протокол № _____
_____ *ФИО*

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы гигиены и экологии человека

1.1. Область применения программы

Примерная программа учебной дисциплины является частью примерной основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности СПО 43.02.04 – прикладная эстетика.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Основы гигиены и экологии человека» входит в состав дисциплин общего 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 производственных и социальных факторов на здоровье населения;

- правовые основы рационального природопользования;

- значение гигиены в профессиональной деятельности.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

максимальная учебная нагрузка обучающегося 44 часа, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 32 часа;
самостоятельной работы обучающегося 12 часов.

2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы гигиены и экологии человека

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	44
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	32
в том числе:	
лабораторные занятия	0
практические занятия	12
контрольные работы	1
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	12
в том числе:	
подготовка рефератов, сообщений, докладов	6
составление кроссвордов, презентаций по учебному материалу	6
решение проблемных задач	6
подбор литературных источников, в том числе информационных по заданной теме	2
обзор литературы	2
Итоговая аттестация в форме контрольной работы	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Основы гигиены и экологии человека

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
Раздел 1.	История, предмет и содержание экологии и гигиены, их взаимосвязь.	3	
	1 Взаимосвязь экологии и гигиены с другими предметами, изучающими живую и неживую природу. Основные определения и понятия: экология, гигиена, факториальная экология. Биосфера, ноосфера, абиотический, биотический и антропогенные факторы. История возникновения экологии, гигиены, цели, задачи, методы, терминология, перспективы развития. Значение гигиены в деятельности аптечных работников. Роль гигиены и экологии в системе наук изучающих природу, живые организмы и их взаимодействие.	2	1
	Самостоятельная работа обучающихся: Роль гигиены и экологии в системе наук, изучающих природу, живые организмы и их взаимодействие. Вклад отечественных и зарубежных ученых в развитие науки. Основные задачи экологии и гигиены. Значение гигиены как основы профилактической медицины в деятельности аптечных работников. Основные определения и понятия: экология, гигиена, биосфера, ноосфера, биотический, абиотический и антропогенный факторы, экологический кризис.	1	
Раздел 2.	Экологические и гигиенические проблемы воздушной среды.	5	
	1 Роль воздушной среды в жизни организмов. Физические свойства воздуха и их гигиеническое значение. Климат, погода, микроклимат и их влияние на здоровье. Солнечная радиация. Электрическое состояние атмосферы и их влияние на организм. Влияние микроклиматических условий на производство и хранение лекарственных препаратов. Требования к микроклимату в основных производственных помещениях аптек. Нормирование и пути оптимизации микроклиматических условий в помещении. Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение. Основные источники загрязнения воздуха, и его защита, ПДК. Влияние загрязнителей на здоровье и быт населения. Законодательство РФ по защите воздушной среды.	2	1
	Самостоятельная работа обучающихся: Физические свойства воздуха и их гигиеническое значение. Комплексное влияние метеорологических факторов на организм человека. Влияние микроклиматических условий на производство и хранение лекарственных препаратов. Нормирование и пути оптимизации микроклиматических условий в помещении. Влияние загрязнителей на здоровье и быт населения. Законодательство РФ по защите воздушной среды.	1	
	Практическое занятие № 1. Воздух как фактор окружающей среды. Гигиеническая оценка микроклимата закрытых помещений.	2	
Раздел 3.	Экологическое и гигиеническое значение воды.	7	
	1 Физиологическая роль воды в организме. Роль воды в распространении инфекционные и неинфекционных заболеваний, особенности водных эпидемий, геохимические эндемии. Загрязнение и самоочищение водоемов. Санитарная охрана водоемов и перспективы состояния водных ресурсов планеты в XXI веке. Санитарно-гигиеническое значение воды. Источники водоснабжения и их гигиеническая характеристика. Методы улучшения качества воды. Требования к качеству питьевой воды в соответствии с САНПиН «Питьевая вода».	2	2

	Практическое занятие № 2. Идентификация экологических аспектов при загрязнении водоемов легкой промышленностью.		4	
	Самостоятельная работа обучающихся: Физиологическая роль воды. Особенности водных эпидемий. Геохимические эндемии. Источники загрязнения воды. Санитарно-гигиеническое и хозяйственно-бытовое назначение воды. Характеристика источников водоснабжения. Нормы водопотребления. Гигиенические требования к качеству воды централизованного и нецентрализованного водоснабжения. САНПиН «Питьевая вода». Санитарная охрана источников водоснабжения.		1	
Раздел 4.	Экологическое и гигиеническое значение почвы. Проблемы накопления и утилизации отходов.		3	
	1	Значение почвы как элемента биосферы. Химический состав, структура, типы, роль почвы. Роль микроорганизмов в почвообразовательном процессе. Роль почвы в распространении инфекционных заболеваний, гельминтозов. Источники загрязнения почвы. Санитарно-гигиенические показатели загрязнения почвы. Самоочищение почвы. Требования к устройству, эксплуатации сооружений по сбору и утилизации бытовых отходов. Мероприятия по санитарной охране почвы.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся: Экологическое значение почвы. Эпидемиологическое значение почвы. Эпидемические заболевания. Самоочищение почвы. Санитарно-гигиенические показатели загрязнения почвы. Требования к устройству и эксплуатации сооружений по сбору и утилизации отходов. Санитарная охрана почвы.		1	
Раздел 5.	Гигиеническое и экологическое значение жилища.		5	
	1	Требования к застройке населенных мест. Зонирование населенных мест. Экологическое и гигиеническое значение жилища.	4	1
	2	Экологическая характеристика современных отделочных и строительных материалов. Гигиенические требования к планировке, освещению, отоплению, вентиляции жилых и общественных зданий.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Воздействие жилищных условий и степени благоустройства на здоровье и жизнедеятельность человека. Гигиенические требования к планировке, освещению, отоплению, вентиляции жилых и общественных зданий.		1	
Раздел 6.	Гигиенические основы питания. Заболевания, связанные с характером питания и качеством пищевых продуктов. Профилактика заболеваний.		5	
	1	Основы рационального питания. Физиологические нормы питания, режим питания. Принципы диетического питания, принципы составления лечебных диет. Болезни, обусловленные пищевой неадекватностью: избыточное питание, авитаминозы, белково-калорийная недостаточность. Требования, предъявляемые к пищевым продуктам. Заболевания, связанные с характером питания и качеством пищевых продуктов. Пищевые токсикоинфекции, токсикозы. Инфекционные заболевания, гельминтозы, передающиеся алиментарным путем. Причины, приводящие к возникновению пищевых отравлений. Ксенобиотики. Профилактика заболеваний.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся: Физиологические нормы питания, режим питания, принципы диетического питания. Йодированные продукты и продукты, обогащенные йодом.		1	
	Практическое занятие № 3. Инфекционные заболевания.		2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Пищевые отравления микробной этиологии (токсикозы и токсикоинфекции). Пищевые отравления немикробной этиологии (ксенобиотики, генетически модифицированные продукты). Причины, приводящие к возникновению пищевых отравлений и их профилактика		2	

Раздел 7.	Влияние производственных факторов на здоровье и жизнедеятельность человека. Защита биосферы от вредного воздействия производственных факторов.		6	
	1	Трудовая деятельность и физиологические функции организма. Физиолого-гигиенические основы трудового процесса. Профессиональные вредности и профессиональные заболевания.	4	2
	2	Особенности труда работников. Заболевания, связанные с напряжением отдельных органов и систем, меры профилактики.		
	Самостоятельная работа обучающихся: Особенности труда работников прикладной эстетики.Профилактика профессиональных заболеваний.		1	
Раздел 8.	Гигиена организаций		5	
	1	Гигиенические требования к выбору территории для размещения организаций. Гигиенические требования к земельному участку. Требования к внутренней планировке и отделке помещений организаций. Освещение помещений. Нормы освещенности. Влияние освещения на качество оказываемых услуг. Особенности состава воздушной среды производственных помещений. Значение вентиляции и отопления и их роль в создании оптимальных условий труда и сохранения здоровья работающих.	2	1
	2	Особенности состава воздушной среды производственных помещений. Значение вентиляции и отопления и их роль в создании оптимальных условий труда и сохранения здоровья работающих.	2	
	Самостоятельная работа обучающихся: Гигиенические требования к выбору территории для размещения, внутренней планировке аптек.Гигиенические требования к освещению аптек.Значение вентиляции и отопления, их виды и нормативные величины в различных помещениях аптек.		1	
Раздел 9.	Экология человека. Влияние факторов окружающей среды на здоровье и жизнедеятельность человека		4	
	1	Изменение экосистем под влиянием антропогенного фактора. Экология человека.Здоровье как критерий антропоэкологической системы. Влияние экологических факторов на состояние здоровья населения.Критерии оценки изменения среды обитания и состояния здоровья населения.Определение здоровья, принятого ВОЗ. Образ жизни и его влияние на здоровье человека. Основные составляющие здорового образа жизни: режим труда и отдыха, рациональное питание, психологический комфорт, отсутствие вредных привычек, физическая активность, личная гигиена. Пути и методы формирования здорового образа жизни.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся: Определение здоровья, принятого ВОЗ. Медико-демографические критерии состояния здоровья населения. Законодательство об охране природы и улучшению здоровья населения.Закаливание. Использование природных факторов(солнце, воздух, вода). Значение физической активности.Режим труда и отдыха Личная гигиена. Подготовка к контрольной работе.		2	
	Контрольная работа			
			Всего:	44

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).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета Гигиена и экологии человека. Он же может являться и лабораторией для выполнения практических занятий.

Оборудование учебного кабинета:

1. Доска классная
2. Стол для преподавателя
3. Столы для студентов.
4. Стулья для студентов
5. Шкафы

Технические средства обучения:

1. Компьютер
2. Мультимедийная установка

Оборудование лабораторий и рабочих мест лаборатории:

1. Комплект наглядных пособий
2. Анемометр чашечный.
3. Барометр БАММ – 1.
4. Гигрометр ВИТ – 1 (от 0 до 25 градусов).
5. Гигрометр ВИТ – 2 (от 15 до 40 градусов).
6. Термометр водяной.
7. Термометр комнатный.
8. Термометр наружный.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Трушкина Л.Ю., Трушкин А.Г., Демьянова Л.М. Гигиена и экология человека: Учебное пособие. – 4-е изд., перераб. и доп. – Ростов н /Д.: изд-во Феникс, 2003. – 528с.
2. Кожин А.А. Здоровый человек и его окружение: Учеб. / А. А. Кожин, Кучма В.Р., Сивочалова О.В. - 2-е изд.; стереотип. - М.: Академия, 2006. - 398с.
3. Крюкова, Д.А. Здоровый человек и его окружение [Текст]: учеб.пос. / Д.А. Крюкова. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 381 с.
4. Крымская И.Г. Гигиена и основы экологии человека: Учебное пособие / И.Г. Крымская, Э.Д. Рубан. – Ростов н / Д: - Феникс, 2007. - 351с.

Дополнительные источники:

5. Пивоваров Ю.П., Королик В.В., Зиневич Л.С. Гигиена и основы экологии человека. – М.: [Академия](#), 2008 -528 с.

6. Полякова А.Н., Стародумов В.Л., Денисова Н.Б. Общая гигиена, санология и экология: Руководство для студентов факультета высшего сестринского образования медицинских вузов/Под ред. проф. Т.В.Рябчиковой. – М.: ФГОУ «ВУНМЦ Росздрава», 2008 – 224с.

Нормативные и методические документы:

7. Федеральный закон РФ от 30.03.1999 № 52–ФЗ «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения».

8. Федеральный закон РФ от 4 05.1999 г. N 96-ФЗ "Об охране атмосферного воздуха" (с изменениями и дополнениями).

9. 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.

10. СанПиН 2.3.2.1324–03 «Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов».

11. СанПиН 2.1.4.1074-01 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству воды централизованных систем питьевого водоснабжения. Контроль качества».

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

Интернет источники:

1. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.rospotrebnadzor.ru>.

2. ФГУЗ Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.fcgsen.ru>.

Интернет – ресурсы, электронные учебные пособия и учебники:

1. www.consultant.ru

2. www.garant.ru

3. Мельниченко П.И. Гигиена с основами экологии. Учебник +CD для ВУЗов.

4. Григорьева А.И. Экология человека. Учебник + CD для ВУЗов.

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: <ul style="list-style-type: none">вести и пропагандировать здоровый образ жизни.	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач, контроль выполнения практического задания
Усвоенные знания: <ul style="list-style-type: none">основные положения гигиены и санитариироль и влияние природных, производственных и социальных факторов на здоровье населенияправовые основы рационального природопользованиязначение гигиены в деятельности прикладной эстетики	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, внеаудиторная самостоятельная работа Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач, внеаудиторная самостоятельная работа.