

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Поленова Инна Александровна

Должность: Генеральный директор

Автономная некоммерческая организация среднего профессионального образования

Дата подписания: 19.10.2025 15:45:27

Уникальный программный ключ:

2bc51b031f52f1ef87c6946d50ac9f5ab912348ab42251f7e55eb40acef68095

«Колледж Волжского университета имени В.Н. Татищева»

УТВЕРЖДЕНО

приказом генерального директора

АНО СПО «Колледж ВУиТ»

И.А. Поленовой

от 29 апреля 2022 г. №45

Рабочая программа дисциплины

ОП.4 ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ И ЭКОЛОГИИ ЧЕЛОВЕКА

цикла профессиональной подготовки

основной профессиональной образовательной программы по специальности

43.02.04 Прикладная эстетика

Тольятти, 2022 г.

СОДЕРЖАНИЕ

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

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины (далее — программа УД) является частью основной профессиональной образовательной программы АНО СПО «Колледж ВУиТ» СПО по специальности СПО 43.02.04 Прикладная эстетика.

Рабочая программа составлена для очной формы обучения.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: учебная дисциплина «Основы гигиены и экологии человека» включена в профессиональный цикл, как общепрофессиональная дисциплина.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен уметь:**

- применять знания основ гигиены и экологии человека при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности;

- консультировать потребителей по вопросам гигиены, сохранения и укрепления здоровья;

- проводить санитарно-гигиеническую оценку факторов окружающей среды.

В результате освоения дисциплины обучающийся **должен знать:**

- основы гигиены;

- современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы;

- факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека.

В процессе изучения дисциплины у обучающихся формируются компетенции, включающие в себя способность:

ОК 1	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 3	Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях
ОК 4	Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития
ОК 6	Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК 7	Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий
ОК 8	Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.
ПК 1.2	Анализировать состояние кожи и ногтей.
ПК 1.3	Определять и согласовывать выбор комплекса услуг маникюра, педикюра
ПК 1.6	Консультировать потребителей по домашнему профилактическому уходу за кожей кистей, стоп и ногтей
ПК 2.2	Анализировать состояние кожи лица и воротниковой зоны.
ПК 2.3	Определять и согласовывать выбор программы и комплекса косметических услуг
ПК 2.6	Консультировать потребителей по домашнему профилактическому уходу за кожей лица и воротниковой зоны
ПК 3.2	Анализировать состояние кожи, подкожно-жировой клетчатки и тонуса мышц

ПК 3.3	Определять и согласовывать выбор комплекса услуг массажа и профилактической коррекции тела
ПК 3.5	Консультировать потребителей по домашнему профилактическому уходу за телом

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

Максимальная учебная нагрузка обучающегося — 44 часа, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося — 38 часов;
- самостоятельная работа обучающегося — 6 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	44
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	38
в том числе:	
практические занятия	8
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	6
<i>Итоговая аттестация в форме контрольной работы</i>	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.4 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 освоения
Раздел 1.	История, предмет и содержание экологии и гигиены, их взаимосвязь.	3	4
	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.	0,5	3
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.	4	1
	Самостоятельная работа обучающихся: Физические свойства воздуха и их гигиеническое значение. Комплексное влияние метеорологических факторов на организм	0,5	3

	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.		
	Практическое занятие № 1. Воздух как фактор окружающей среды. Гигиеническая оценка микроклимата закрытых помещений.	2	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	1
	Практическое занятие № 2. Идентификация экологических аспектов при загрязнении водоемов легкой промышленностью.	4	2
	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	3
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.	4	1

	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.		0,5	3
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.		1
	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.		0,5	3
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.	4	1
	Практическое занятие № 3. Инфекционные заболевания.		2	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		1	3
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	1
	2	Особенности труда работников. Заболевания, связанные с напряжением отдельных органов и систем, меры профилактики.		1
	Самостоятельная работа обучающихся: Особенности труда работников прикладной эстетики. Профилактика профессиональных заболеваний.		1	3
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.	4	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	1
	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.		0,5	3
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	2	1

	и методы формирования здорового образа жизни.		
	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.	0,5	3
	Контрольная работа		
	Всего:	44	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета медико-биологических дисциплин.

Оборудование учебного кабинета:

Рабочее место преподавателя: 2 стола, стул, компьютер; 6 двухместные ученические столы и стулья на 12 посадочных мест, учебная доска, 5 лабораторных стола, 3 закрытых двухстворчатых шкафа, мойка.

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

3.2.1. Основная литература:

1. Крымская, И. Г. Гигиена и экология человека : учебное пособие / И. Г. Крымская. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2020. - 424 с. - (Среднее медицинское образование). - ISBN 978-5-222-35181-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1223254> .

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.

3.2.2. Дополнительная литература:

1. Бурак, И. И. Гигиена и экология человека: Учебное пособие / Бурак И.И. - Мн.:Вышэйшая школа, 2015. - 271 с. ISBN 978-985-06-2570-0. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1010519>.

2. Трушкина, Л. Ю. Гигиена и экология человека : учеб. пособие для СПО рек. МО - Ростов н/Д : Феникс, 2003. - 447 с.

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

4. 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.

5. Иванова, Р. Р. Экология человека : практикум / Р. Р. Иванова. - Йошкар-Ола : Поволжский государственный технологический университет, 2017. - 104 с. - ISBN 978-5-8158-1918-4. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1872095>.

3.2.3. Интернет-ресурсы:

1. www.consultant.ru

2. www.garant.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
Уметь: - применять знания основ гигиены и экологии человека при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности; - консультировать потребителей по вопросам гигиены, сохранения и укрепления здоровья; - проводить санитарно-гигиеническую оценку факторов окружающей среды;	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, решение ситуационных задач, контроль выполнения практического задания
Знать: - основы гигиены; - современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы; - факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека.	Письменный опрос, устный опрос, компьютерное тестирование, внеаудиторная самостоятельная работа.