

Маятникова Н.И.

Министерство здравоохранения Амурской области  
Государственное автономное учреждение Амурской области  
профессиональная образовательная организация  
«Амурский медицинский колледж»

Приложение к ООП  
по специальности  
31.02.05 Стоматология ортопедическая

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ОП.04 ГИГИЕНА С ЭКОЛОГИЕЙ ЧЕЛОВЕКА**  
**31.02.05 Стоматология ортопедическая**

2025 год

Рассмотрено на заседании  
ЦМК «Лабораторная диагностика»

Председатель ЦМК



Стринадко Т.В.

Протокол № 8 от «20» 05 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель директора  
ГАУ АО ПОО «АМК»  
по научно-методической работе



Н.В. Лунина

«16» июня 2025 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.04 Гигиена с экологией человека по специальности 31.02.05 Стоматология ортопедическая составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 31.02.05 Стоматология ортопедическая, утвержденным Приказом утвержденного Приказом Минпросвещения России от 6 июля 2022 г. № 531, и на основе примерной рабочей программы, разработанной БПОУ Омской области «Медицинский колледж»

**Организация-разработчик:** Государственное автономное учреждение Амурской области профессиональная образовательная организация «Амурский медицинский колледж»

**Разработчик:** Маятникова Н.И., преподаватель ГАУ АО ПОО «Амурский медицинский колледжа»

## **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.04 ГИГИЕНА С ЭКОЛОГИЕЙ ЧЕЛОВЕКА

### 1.1. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина «ОП.07 Гигиена с экологией человека» является обязательной частью общепрофессионального цикла основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по специальности 31.02.05 Стоматология ортопедическая.

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии общих компетенции:

ОК 02. Использовать современные средства поиска, анализа и интерпретации информации, и информационные технологии для выполнения задач профессиональной деятельности;

ОК 03. Планировать и реализовывать собственное профессиональное и личностное развитие;

ОК 04. Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде;

ОК 05. Осуществлять устную и письменную коммуникацию на государственном языке Российской Федерации;

ОК 06. Проявлять гражданско-патриотическую позицию, демонстрировать осознанное поведение на основе традиционных общечеловеческих ценностей;

ОК 07. Содействовать сохранению окружающей среды, ресурсосбережению, применять знания об изменении климата, принципы бережливого производства, эффективно действовать в чрезвычайных ситуациях;

ОК 08. Использовать средства физической культуры для сохранения и укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности и поддержания необходимого уровня физической подготовленности;

В ходе реализации программы воспитания у обучающихся должны формироваться личностные результаты (далее – ЛР

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации программы воспитания
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны	ЛР 1
Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций	ЛР 2
Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих	ЛР 3

Проявляющий и демонстрирующий уважение к людям труда, осознающий ценность собственного труда. Стремящийся к формированию в сетевой среде лично и профессионального конструктивного «цифрового следа»	ЛР 4
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России	ЛР 5
Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях	ЛР 6
Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности	ЛР 7
Проявляющий и демонстрирующий уважение к представителям различных этнокультурных, социальных, конфессиональных и иных групп. Сопричастный к сохранению, преумножению и трансляции культурных традиций и ценностей многонационального российского государства	ЛР 8
Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимость от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях	ЛР 9
Забочающийся о защите окружающей среды, собственной и чужой безопасности, в том числе цифровой	ЛР 10
Проявляющий уважение к эстетическим ценностям, обладающий основами эстетической культуры	ЛР 11
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	ЛР 12
Занимающий активную позицию по неприятию и противодействию коррупционной деятельности	ЛР 13
Осознающий себя частью студенческого медицинского сообщества. Понимающий личную ответственность за сохранение имиджа колледжа	ЛР 14
Принимающий корпоративную культуру. Передающий традиции, нормы, сложившиеся в колледже.	ЛР 15
Осознающий ценность человеческой жизни, не принимающий действий, представляющих опасность для жизни и здоровья (суицидальные сайты, форумы потенциальных самоубийц, сайтов, разжигающих национальную рознь и расовое неприятие (экстремизм, национализм, фашизм), сайты, пропагандирующие экстремизм, насилие, девиантные формы поведения, секты)	ЛР 16
Непрерывно совершенствующий профессиональные навыки через дополнительное профессиональное образование (программы повышения квалификации и программы профессиональной переподготовки), наставничество, а также стажировки, использование дистанционных образовательных технологий (образовательный портал и вебинары), тренинги в симуляционных центрах, участие в конгрессных мероприятиях	ЛР 17
Соблюдающий врачебную тайну, принципы медицинской этики в работе с пациентами, их законными представителями и коллегами	ЛР 18
Соблюдающий программы государственных гарантий бесплатного оказания гражданам медицинской помощи, нормативные правовые акты в сфере охраны здоровья граждан, регулирующие медицинскую деятельность	ЛР 19

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать следующими:

<b>знаниями</b>	<b>умениями</b>
-современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы;	-давать санитарно-гигиеническую оценку факторам окружающей среды.

-факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека;	-Давать гигиеническую оценку полноценного питания.
- Понятие об гигиене как науки.	-Давать оценку методам адекватного питания.
- Понятие об экологии как науки.	
-Гигиеническое значение воздуха, воды, почвы	-Составлять меню завтрака, обеда и ужина.
-Гигиеническое значение гигиена труда	-Составление меню завтрака, обеда и ужина.
-Гигиеническое значение Личной гигиены	- -проводить гигиеническое обучение и воспитание населения.
- -гигиенические принципы организации здорового образа жизни;	

**2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ****2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b><i>Объем часов</i></b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b><i>32</i></b>
в том числе:	
Теоретические занятия	<b><i>16</i></b>
практические занятия	<b><i>16</i></b>

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Гигиена с экологией человека»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Коды компетенций и личностных результатов, формированию которых способствует элемент программы
1	2	3	4
<b>Раздел 1 Введение в гигиену с экологией</b>			
<b>Тема 1. Гигиена, как наука</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	1.Введение. Задача гигиены. Понятие «Здоровье». Два направления медицины. Санитария. Санитарное законодательство. Предупредительный и текущий санитарный надзор. Санитарное просвещение. 2.Законы гигиены		ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08 ЛР 1- ЛР 16
<b>Тема 2. Факторы окружающей среды. Экологические проблемы</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	1.Понятие об экологии как науки. Задача экологии. Биосфера. 2.Факторы окружающей среды. Среда обитания. Адаптация. Экологические факторы. Абиотические факторы. Биотические факторы. Антропогенные факторы. Изменение факторов среды. 3. Значение 3 групп организмов: продуценты, консументы, редуценты. 4.Воздействие загрязнений ос на атмосферу, на гидросферу. Основные последствия для ОС и человека.		ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08  ЛР 1- ЛР 16
<b>Раздел 2 Воздух</b>			
<b>Тема 3. Эколого-гигиеническое значение воздуха</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	1.Гигиеническое значение воздуха. Влияние воздушной среды на человека. 2.Физические свойства воздуха. Температура. Теплообмен. Химическая и физическая терморегуляция. 3 пути отдачи тепла с поверхности тела. Влажность. Влияние влажности на здоровье человека. Движение воздуха. Гигиеническое значение ветра.		ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08  ЛР 1- ЛР 16

	<p>Атмосферное давление. Электрическое состояние воздушной среды</p> <p>3.Условия, влияющие на загрязнение атмосферного воздуха. Причины, от которых зависит концентрация примесей в воздухе. Самоочищение атмосферного воздуха.</p> <p>4.Состав воздуха.</p> <p>5.Естественные и искусственные источники загрязнения воздушной среды.</p> <p>6. ПДК.</p> <p>7.Микрофлора воздуха. Аэрогенные инфекции. Пути передачи аэрогенных инфекций.</p> <p>Мероприятия по охране атмосферы воздуха</p>		
	<b>Практическое занятие №1</b>	4	
	<p><b>Занятие № 1 Тема: Гигиеническая оценка среды обитания человека.</b></p> <p>1.Искусственно созданное физическое состояние воздушной среды в закрытых помещениях. 2.Метеотропные реакции. 3.Определение атмосферного давления. Ртутные барометры. Барометры-анероиды. Барографы.</p> <p>4.Определение температуры воздуха ртутными или спиртовыми термометрами. Термограф. Схема точек замера и расчёта показателей температуры воздуха в помещении.</p> <p>5.Определение влажности воздуха. Абсолютная, максимальная и относительная влажность.</p> <p>6.Дефицит насыщения и точка росы. Гигрометр психометрический ВИТ-1. Гигрограф.</p> <p>7.Аспирационный психрометр Ассмана. Расчёт абсолютной влажности. Перевод абсолютной влажности в относительную.</p> <p>8.Определение скорости движения воздуха. Кататермометры, анемометры. Определение кратности воздухообмена.</p> <p>9.Определение коэффициента аэрации.</p> <p>10Решение задач</p>	4	<p>ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08</p> <p>ЛР 1- ЛР 16</p>

	<b>Практическое занятие №2</b>	4	
	<b>Тема 2: Гигиеническая оценка микроклимата. (контрольная работа по типу УИРС)</b> 1.Определение температурного режим в рабочем помещении: 2.Определение относительной влажности аспирационным психрометром Ассмана: 3.Определение скорости движения воздуха шаровым кататермометром. 4.Оценка искусственного освещения помещения. 5. Оценка естественного освещения помещения по 5 показателям		ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08 ЛР 1- ЛР 16
<b>Раздел 3 Вода</b>			
<b>Тема 4. Эколого-гигиеническое значение воды</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	1.Значение воды для жизнедеятельности человека. Эпидемическая безопасность воды 2.Показатели, определяющие безвредность воды. 3. Проблема пресной воды. 4.Загрязнение водоемов промышленными и бытовыми сбросами. 5.Действие недоброкачественной воды на человека. Эпидемическая безопасность воды. 6.Физические, химические и биологические факторы. 7.Основные источники водоснабжения 8.Очистка и обеззараживание		ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08 ЛР 1- ЛР 16
<b>Раздел 4. Питание</b>			
<b>Тема 5. Гигиена питания</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>2</b>	
	1.Значение пищи для здоровья населения. Питание – постоянно действующий фактор внешней среды 2. Составные части пищевых продуктов. 3.Функции питания. 4.Основные гигиенические требования, предъявляемые к пище и питанию.		ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08 ЛР 1- ЛР 16
	<b>Практическое занятие №3</b>	4	
	<b>Тема3. Гигиеническая оценка полноценного питания.</b>		

	<p>1. Основы рационального питания. Основной обмен Специфически-динамическое действие пищи Расход энергии на мышечную деятельность</p> <p>2. Методы оценки адекватного питания. Определение суточных энергозатрат. Определение идеального веса человека. Определение своего основного обмена (<math>X_1</math>)</p> <p>Определение специфически-динамическое действие пищи (<math>X_2</math>)</p> <p>Определение динамики массы тела.</p> <p>3. Расход энергии при различных видах работы. Расход энергии сверх основного обмена при различных видах работы. Определение энергозатраты.</p> <p>4. Составление меню завтрака, обеда и ужина.</p> <p>Расчёт энергетической ценности и химического состава пищевого рациона, пользуясь таблицами пищевой и энергетической ценности некоторых готовых блюд и продуктов</p>		<p>ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08</p> <p>ЛР 1- ЛР 16</p>
<b>Раздел 5. Труд</b>			
<p><b>Тема 6.</b> Производственные факторы</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	<b>2</b>	
	<p>1. Гигиеническая характеристика условий труда</p> <p>1. Влияние микроклимата</p> <p>2. Освещение</p> <p>2. Утомление</p> <p>3. Воздушная среда</p> <p>4. Шум и вибрация</p> <p>5. <b>Некоторые химические реактивы, используемые в зубопротезных лабораториях</b></p>		<p>ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08 ЛР 1- ЛР 16</p>
<b>Раздел 6 Личная гигиена</b>			
<p><b>Тема 7.</b> Личная гигиена</p>	<p><b>Содержание учебного материала</b></p>	<b>2</b>	
	<p>1. Личная гигиена — совокупность гигиенических правил. Заболевания, вызванные несоблюдением личной гигиены: инфекционные, венерические, кожные.</p> <p>2. Уход за: кожей, ногами, полостью рта,</p>		<p>ОК 01 ОК 02 ОК 03 ОК 04 ОК 05 ОК 06 ОК 07 ОК 08 ЛР 1- ЛР 16</p>

	волосами, жилищем 3.Гигиена питания. Первая помощь при пищевых отравлениях. Меры предупреждения желудочно-кишечных и глистных заболеваний. Гигиена жилища. Советы.		
	<b>Практическое занятие №4</b>	4	
	<b>Тема 4. Гигиеническая оценка физического развития</b> 1.Методы соматоскопии, 2.Методы соматометрии, 3.Значение физического развития для здоровья человека. 4.Определение тип своего телосложения, 5.Прогнозирование роста коэффициента пропорциональности, 6.Определение роста-весового показателя Брока-бругша, 7.Определение роста-весового показателя индекса Кетле, 8.Определение индекса скелии по формуле Мануврие, 9.Определение пропорциональности развития грудной клетки по индексу Эрисмана, 10.Определение крепости телосложения по индексу Пинье, 11.Определение своего индекса «грации», 12.Определение артериального давления, 13.Определение приспособляемости организма к физическим нагрузкам, используя тест Руфье.		
<b>Занятие № 8 Контрольно-обобщающее занятие</b>	Контроль знаний по дисциплине.	<b>2</b>	
	<b>ИТОГО:</b>	<b>32</b>	
	<b>Теории</b>	<b>16</b>	
	<b>Практики</b>	<b>16</b>	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.

<b>Оборудование учебного кабинета:</b>
1. Стол для преподавателя
2. Столы и стулья учебные
3. Учебная доска
4. Шкаф для приборов
5. Технохимические весы
6. Психрометр аспирационный
7. Гигрометр волосяной
8. Гигрограф
9. Чашечный анемометр
10. Кататермометр
11. Барометр-анероид
12. Барограф
13. Лабораторное оборудование и вспомогательные принадлежности, лабораторная посуда,
<b>Учебно-наглядные пособия</b>
<b>Электронные образовательные ресурсы:</b>
1. Компьютер
2. Монитор
3. Телевизор
4. Электронные дидактические материалы; презентации по всем темам программы, контролирующие и обучающие материалы, фильмы.

#### 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. М.: Проспект, 2021 г
2. Крымская И.Г., Рубан Э.Д., Гигиена и основа экологии человека. Учебное пособие г. Ростов на Дону, Феникс, 2017 г.
3. Гигиена и экология человека. Учебное пособие для студентов среднего профессионального образования под ред. Н.А. Матвеева - М: Академия, 2022г.

##### **Дополнительные источники:**

1. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека: [официальный сайт]. – URL: <http://rosпотребнадзор.ru/> (дата обращения: 21.12.2021). – Текст: электронный.

2. ФГУЗ Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека:

[официальный сайт]. -URL: <http://www.gcgie.ru/> (дата обращения: 21.12.2021). – Текст: электронный.

3. Информационный вестник Стоматологической Ассоциации России: [сайт].- URL: [www.stomatolog.ru](http://www.stomatolog.ru)(дата обращения: 21.12.2021). – Текст: электронный.

4. Поли Медиа Пресс: издательство: [сайт]. – URL: <http://www.dentoday.ru/>(дата обращения: 21.12.2021). – Текст: электронный.

5. Профессиональный стоматологический портал: [сайт]. – URL: <https://stomatologclub.ru> (дата обращения: 21.12.2021). – Текст: электронный.

6. Консультант Плюс: справочная правовая система: [сайт]. – URL: <http://www.consultant.ru>. – Режим доступа: для зарегистр. пользователей. – Текст: электронный.

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

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

##### Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

1. Ответы на теоретические контрольные вопросы по каждой теме.
2. Выполнение письменной практической самостоятельной работы №1 и №2

Результаты обучения	Критерии оценки
Перечень знаний, осваиваемых в рамках дисциплины	
<u>Знать:</u> -современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы; -факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека; -Понятие об гигиене как науки. -Понятие об экологии как науки. - Гигиеническое значение воздуха, воды, почвы -Гигиеническое значение труда - Гигиеническое значение личной гигиены - Гигиенические принципы организации здорового образа жизни;	«5» (отлично) – рассказ полный, грамотный, логичный; свободное владение терминологией; ответы на дополнительные вопросы чёткие, краткие. «4» (хорошо) – рассказ недостаточно логичный, с единичными ошибками в частностях; недостаточная уверенность в ответах на дополнительные вопросы; ответы на дополнительные вопросы правильные. «3» (удовлетворительно) – рассказ неполный, недостаточно грамотный, с ошибками в деталях, ответы на дополнительные вопросы недостаточно чёткие, с ошибками в частностях. «2» (неудовлетворительно) – рассказ неграмотный, неполный, с грубыми ошибками, незнание терминологии, ответы на дополнительные вопросы неправильные.
Перечень умений, осваиваемых в рамках дисциплины	
<u>Уметь:</u> -давать санитарно-гигиеническую оценку факторам окружающей среды. -Давать гигиеническую оценку полноценного питания. -Давать оценку методам адекватного питания. -Составлять меню завтрака, обеда и ужина -Составление меню завтрака, обеда и ужина. -проводить гигиеническое обучение и воспитание населения.	«5» (отлично) – рассказ полный, грамотный, логичный; свободное владение терминологией; ответы на дополнительные вопросы чёткие, краткие. «4» (хорошо) – рассказ недостаточно логичный, с единичными ошибками в частностях; недостаточная уверенность в ответах на дополнительные вопросы; ответы на дополнительные вопросы правильные. «3» (удовлетворительно) – рассказ неполный, недостаточно грамотный, с ошибками в деталях, ответы на дополнительные вопросы недостаточно чёткие, с ошибками в частностях.

	«2» (неудовлетворительно) – рассказ неграмотный, неполный, с грубыми ошибками, незнание терминологии, ответы на дополнительные вопросы неправильные.
--	--