

Министерство образования и науки Самарской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Самарской области
«Самарский государственный колледж сервисных технологий и дизайна»

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора Учреждения
Т.А. Санниковой
№187а «01» июня 2017г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Основы гигиены и экологии человека

Специальность 43.02.04 Прикладная эстетика

Самара 2017 г.

ОДОБРЕНА

Предметной (цикловой)

комиссией 43.02.03, 43.02.04

Протокол № 10 от «15» мая 2017 г.

Председатель ПЦК

Петрова О.В.

(Ф.И.О.)

Автор:

Горенкова Н.В.

(ФИО)

«12» мая 2017г.

Эксперт

Темнова М.И.

Визажист

ООО салона красоты

«Артист»

Дата актуализации	Результат актуализации	Подпись разработчика

Рабочая программа учебной дисциплины Основы гигиены и экологии человека разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) среднего профессионального образования (СПО) по специальности 43.02.04 Прикладная эстетика, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 07.05.2014г. № 468.

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ...	5
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	7
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	12
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ.....	12
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	15

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ) в соответствии с ФГОС СПО по специальности 43.02.04 Прикладная эстетика.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Учебная дисциплина Основы гигиены и экологии человека является общепрофессиональной дисциплиной профессионального учебного цикла, устанавливающей базовые знания для получения профессиональных знаний и умений.

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

В результате освоения дисциплины, обучающийся должен:

- **уметь** применять знания основ гигиены и экологии человека при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности,
- **уметь** консультировать потребителей по вопросам гигиены, сохранения и укрепления здоровья,
- **уметь** проводить санитарно-гигиеническую оценку факторов окружающей среды;
- **знать** основы гигиены,
- **знать** современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы,
- **знать** факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека.

Освоение содержания учебной дисциплины обеспечивает формирование профессиональных и общих компетенций.

Профессиональные и общие компетенции (в соответствии с ФГОС СПО по специальности)
ПК 1.2. Анализировать состояние кожи и ногтей.
ПК1.3. 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.
ПК2.3. Определять и согласовывать выбор программы и комплекса косметических услуг.

ПК 2.6. Консультировать потребителей по домашнему профилактическому уходу за кожей лица и воротниковой зоны.
ПК3.2.Анализировать состояние кожи, подкожно-жировой клетчатки и тонуса мышц.
ПК3.3.Определять и согласовывать выбор комплекса услуг массажа и профилактической коррекции тела.
ПК3.5.Консультировать потребителей по домашнему профилактическому уходу за телом.
ОК1.Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК3.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.
ОК6.Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.
ОК7.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.

1.4. Количество часов на освоение рабочей программы учебной дисциплины

Максимальная учебная нагрузка обучающегося - 75 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося - 50 часа;
- самостоятельная работа обучающегося - 25 часов.

В том числе **часов вариативной части учебных циклов ПССЗ** - не предусмотрено.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	75
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	50
в том числе:	
практические занятия	14
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	25
в том числе:	
рефераты	25
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Предмет гигиены и экологии человека		4	
Тема 1.1. Предмет гигиены, цели, задачи.	Содержание учебного материала	2	
	1. Предмет гигиены, ее цели и задачи.		1
	2. История возникновения и развития гигиены.	1	
	Самостоятельная работа №1. Взаимосвязь гигиены и экологии человека.	2	
Раздел 2. Основы экологических знаний		13	
Тема 2.1. Экология и гигиена. Экосистемы.	Содержание учебного материала	7	
	1. Экология и гигиена человека.		1
	2. Понятие об экосистемах. Популяции. Взаимоотношения организмов в популяциях.		1
	3. Биосфера. Ноосфера.		1
	4. Среда обитания, адаптации.		1
	5. Глобальные экологические проблемы.	1	
	Практическое занятие № 1 Биосфера – строение, состав, функции.	1	
	Практическое занятие № 2 Популяции и их характеристика.	1	
	Самостоятельная работа №2. Антропогенное воздействие на экосистемы.	2	
	Самостоятельная работа №3. Глобальные экологические проблемы Самарской области.	2	
Раздел 3. Гигиена окружающей среды		18	
Тема 3.1. Атмосферный воздух как внешняя среда.	Содержание учебного материала	2	
	1. Атмосферный воздух.		2
	2. Состав воздуха.		2
	3. Солнечная радиация и ее экологическое и гигиеническое значение.	2	
	Самостоятельная работа №4.	2	

	Мониторинг атмосферного воздуха.		
	Самостоятельная работа №5. Глобальные экологические проблемы, связанные с загрязнением воздуха.	2	
Тема 3.2. Гигиеническое значение погоды и климата.	Содержание учебного материала	3	
	1. Погода и климат.		1
	2. Гигиеническое значение погоды и климата.		2
	3. Гигиеническая характеристика воздуха в помещении.		1
	4. Микроклимат и средства его улучшения.		1
Тема 3.3. Вода – значение в экологии и гигиене.	Содержание учебного материала	3	
	1. Характеристика воды.		1
	2. Значение воды.		1
	3. Источники водоснабжения и их гигиеническое значение.		1
	4. Методы улучшения качества воды.		
	Самостоятельная работа №6. Выполнение презентации по теме: Роль водного фактора в возникновении заболеваний.	2	
Тема 3.4. Эпидемиологическое значение почвы.	Содержание учебного материала	1	
	1. Почва как фактор внешней среды.		1
	2. Самоочищение и загрязнение почвы.	1	
	Практическое занятие №3. Гигиена почвы.	1	
	Самостоятельная работа №7. Санитарная охрана почв.	2	
Раздел 4. Значение питания для организма человека.		10	
Тема 4.1. Гигиенические и экологические основы питания.	Содержание учебного материала	3	
	1. Пища и ее влияние на организм.		1
	2. Научные основы рационального питания.		1
	3. Значение белков в питании.		1
	4. Значение углеводов в питании.		1
	5. Значение микроэлементов и витаминов в питании.	1	
	Практическое занятие №4 Гигиенические и экологические основы питания.	1	
Практическое занятие №5	2		

	Лечебно-профилактическое питание.		
	Самостоятельная работа №8. Питание беременных и кормящих матерей.	2	
	Самостоятельная работа №9. Пищевые отравления человека.	2	
Раздел 5. Воздействие факторов производства на состояние здоровья человека.		13	
Тема 5.1. Основы гигиены и физиологии труда.	Содержание учебного материала	4	
	1. Профессиональные вредности.		1
	2. Производственный травматизм.		1
	3. Влияние шума и вибрации.		1
	4. Медосмотр работников.		1
	5. Личная медкнижка.	1	
	Практическое занятие №6 Профессиональные вредности.	1	
Самостоятельная работа №10. Радиационное излучение и его воздействие на организм человека.	2		
Тема 5.2. Экологические проблемы города.	Содержание учебного материала	3	
	1. Влияние жилищных условий на состояние здоровья человека.		2
	2. Загрязнение жизненной среды горожан.		3
	Практическое занятие №7 Экологические проблемы города	1	
	Самостоятельная работа №7 Экологические и гигиенические проблемы населенных мест.	2	
Раздел 6. Гигиена детей и подростков.		16	
Тема 6.1. Гигиена детей и подростков.	Содержание учебного материала	5	
	1. Гигиенические основы нормального развития ребенка.		1
	2. Гигиенические основы физического воспитания.		1
	3. Гигиенические методы исследования здоровья детей.		2
	4. Гигиенические основы закаливания детей.		
	5. Гигиена кожи и полости рта.		
	Практическое занятие №8 Гигиенические основы нормального развития ребенка.	1	

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Самарской области
«Самарский государственный колледж сервисных технологий и дизайна»

	Практическое занятие №9 Оздоровительный эффект физических упражнений.	2	
	Самостоятельная работа №8 Акселерация развития и ее причины.	2	
Тема 6.2. Здоровый образ жизни и его значение для здоровья.	Содержание учебного материала	1	1
	1. Здоровый образ жизни и его значение для здоровья.		1
	2. Роль вредных привычек в ухудшении здоровья человека.		1
	Практическое занятие №10 Здоровый образ жизни и его значение для здоровья.	2	1
	Практическое занятие №11 Роль вредных привычек в ухудшении здоровья человека.	1	1
	Самостоятельная работа №9 Разработать план возможных профилактических мер против вредных привычек в вашем окружении.	1	
Дифференцированный зачет		2	
Всего:		75	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета Основы гигиены и экологии человека.

Оборудование учебного кабинета: доска настенная учебная.

Технические средства обучения: телевизор, персональный компьютер, принтер, сканер, экран.

3.2. Информационное обеспечение Основные источники

1. Крымская И.Г. Гигиена и экология человека [Текст] / И.Г. Крымская. – М.: Феникс, 2012. – 333 с.

2. Кац, А.П. Санитария и гигиена парикмахерского дела [Текст] / А.П. Кац. – М.: Легкая и пищевая промышленность, 2013. – 320 с.

3. Медицинская косметика [Текст]: руководство / под ред. П. Михайлова. – М.: Медицина, 2016. - 150 с.

4. Фержтек, О. Косметика и дерматология [Текст] / О. Фержтек – М.: Медицина, 2012. – 100 с.

5. Фицпатрик, Т. Дерматология [Текст]: атлас-справочник / Т. Фицпатрик, Р. Джонсон. — М.: Медицина, 2012. – 520 с.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной 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
умеет применять знания основ гигиены и экологии человека при изучении профессиональных модулей и в профессиональной деятельности	решение профессиональных задач
умеет консультировать потребителей по вопросам гигиены, сохранения и укрепления здоровья	решение профессиональных задач
умеет проводить санитарно-гигиеническую оценку факторов	тестирование

окружающей среды	
знает основы гигиены	тестирование
знает современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы;	проверка результатов практических работ, решение профессиональных задач
знает факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека;	тестирование

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения позволяют проверять у обучающихся не только освоенные умения и усвоенные знания, но и развитие общих компетенций.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Понимает сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявляет к ней устойчивый интерес.	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.
ОК3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.	Решает проблемы, оценивает риски и принимает решения в нестандартных ситуациях.	
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Осуществляет поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	
ОК6. Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	Работает в коллективе и команде, обеспечивает ее сплочение, эффективно общается с коллегами, руководством, потребителями.	

<p>ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.</p>	<p>Ставит цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывает и контролирует их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.</p>	
<p>ОК8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.</p>	<p>Самостоятельно определяет задачи профессионального и личностного развития, занимается самообразованием, осознанно планирует повышение квалификации.</p>	

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Планирование учебных занятий с использованием активных и интерактивных форм и методов обучения

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов	Активные и интерактивные формы и методы обучения	Код формируемых компетенций
1.	Предмет гигиены, цели, задачи.	2	Лекция-установка	ОК 1, 3, 4, 6 - 8 ПК 1.2, 1.3, 1.6, 2.2, 2.3, 2.6, 3.2, 3.3, 3.5
2.	Экология и гигиена. Экосистемы.	7	Урок-конференция	ОК 1, 3, 4, 6 - 8 ПК 1.2, 1.3, 1.6, 2.2, 2.3, 2.6, 3.2, 3.3, 3.5
3.	Атмосферный воздух как внешняя среда.	2	Практическое занятие	ОК 1, 3, 4, 6 - 8 ПК 1.2, 1.3, 1.6, 2.2, 2.3, 2.6, 3.2, 3.3, 3.5
4.	Гигиеническое значение погоды и климата.	3	Семинар	ОК 1, 3, 4, 6 - 8 ПК 1.2, 1.3, 1.6, 2.2, 2.3, 2.6, 3.2, 3.3, 3.5
5.	Вода – значение в экологии и гигиене.	3	Лекция с запланированными ошибками	ОК 1, 3, 4, 6 - 8 ПК 1.2, 1.3, 1.6, 2.2, 2.3, 2.6, 3.2, 3.3, 3.5
6.	Эпидемиологическое значение почвы.	1	Лекция-установка	ОК 1, 3, 4, 6 - 8 ПК 1.2, 1.3, 1.6, 2.2, 2.3, 2.6, 3.2, 3.3, 3.5
7.	Гигиенические и экологические основы питания.	3	Лекция-установка	ОК 1, 3, 4, 6 - 8 ПК 1.2, 1.3, 1.6, 2.2, 2.3, 2.6, 3.2, 3.3, 3.5
8.	Основы гигиены и физиологии труда.	4	Лекция-установка	ОК 1, 3, 4, 6 - 8 ПК 1.2, 1.3, 1.6, 2.2, 2.3, 2.6, 3.2, 3.3, 3.5
9.	Экологические проблемы города.	3	Лекция-установка	ОК 1, 3, 4, 6 - 8 ПК 1.2, 1.3, 1.6, 2.2, 2.3, 2.6, 3.2, 3.3, 3.5
10.	Гигиена детей и подростков.	5	Лекция-установка	ОК 1, 3, 4, 6 - 8 ПК 1.2, 1.3, 1.6, 2.2, 2.3, 2.6, 3.2, 3.3, 3.5
11.	Здоровый образ жизни и его значение для здоровья.	1	Иллюстрированная лекция	ОК 1, 3, 4, 6 - 8 ПК 1.2, 1.3, 1.6, 2.2, 2.3, 2.6, 3.2, 3.3, 3.5