Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого»

МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

ОП 05. ГИГИЕНА И ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА

Специальность:

34.02.01 Сестринское дело

Квалификация выпускника: медицинская сестра/медицинский брат

(базовая подготовка)

Разработчик:

И.В. Пестрякова - преподаватель Медицинского колледжа Новгородского государственного университета имени Ярослава Мудрого

ПРИНЯТО

Предметной (цикловой) комиссией преподавателей общепрофессиональных дисциплин колледжа

Протокол № 1 от «02» сентября 2019г.

Председатель ПЦК_____Н.В. Шерышова

СОДЕРЖАНИЕ

1.Пояснительная записка……. 4
2. Тематический план и содержание учебной дисциплины……. 8
3. Виды заданий для самостоятельной (внеаудиторной) работы студентов по дисциплине «Гигиена и экология человека»…….. 16
4. Содержание самостоятельной (внеаудиторной) работы студентов… 18
4.1. *Самостоятельная работа № 1* по теме «Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии»……... 18
4.2. *Самостоятельная работа № 2* по теме «Атмосферный воздух, его физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение»…… 20
4.3 *Самостоятельная работа № 3* по теме «Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение»…….. 22
4.4 *Самостоятельная работа № 4* по теме «Почва, её физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение»……... 24
4.5. *Самостоятельная работа № 5* по теме «Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий»…….…….. 26
4.6. *Самостоятельная работа № 6* по теме «Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания»…….… 28
4.7. *Самостоятельная работа № 7* по теме «Основные принципы рационального питания. Превентивное, лечебно-профилактическое, лечебное питание»…… 30
4.8. *Самостоятельная работа № 8* по теме «Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика»…….. 32
4.9. *Самостоятельная работа № 9* по теме «Гигиена труда» ……... 33
4.10. *Самостоятельная работа № 10* по теме «Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса» …….…… 36
4.11 *Самостоятельная работа № 11* по теме «Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских и подростковых учреждений»……... 38
4.12. *Самостоятельная работа № 12* по теме «Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования»……. 40
4.13. *Самостоятельная работа № 13* по теме «Методы, формы и средства гигиенического воспитания»……... 42
5. Информационное обеспечение обучения……. 44
6. Приложения……. 45
7. Лист внесения изменений…….. 52

1. Пояснительная записка

Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы студентов по дисциплине «Гигиена и экология человека» предназначены для студентов очной формы обучения по специальности 34.02.01 Сестринское дело и являются составной частью учебно-методического комплекса дисциплины.

Методические рекомендации по организации и выполнению самостоятельной работы разработаны в соответствии с:

1. Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 34.02.01 Сестринское дело;
2. Рабочей программой учебной дисциплины;
3. Локальными актами НовГУ.

Целью методических рекомендаций является обеспечить условия качественной реализации программы дисциплины «Гигиена и экология человека», подготовить выпускника, способного к профессиональной деятельности в области гигиены и экологии человека.

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

- давать санитарно-гигиеническую оценку факторам окружающей среды;
- проводить санитарно-гигиенические мероприятия по сохранению и укреплению здоровья населения, предупреждению болезней;
- проводить гигиеническое обучение и воспитание населения.

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

- современное состояние окружающей среды и глобальные экологические проблемы;
- факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека;
- основные положения гигиены;
- гигиенические принципы организации здорового образа жизни;
- методы, формы и средства гигиенического воспитания населения.

Внеаудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

В ходе самостоятельной внеаудиторной работы у студентов формируются следующие умения:

- оценивать степень загрязнения атмосферного воздуха, используя показатели ПДК вредных веществ;
- обучать население методам профилактики заболеваний, фактором возникновения которых является почва;
- оценивать результаты исследования воды, пользуясь гигиеническими нормативами;
- оценивать органолептические свойства продуктов питания;

- оценивать и предупреждать действие вредных производственных факторов;
- оценивать соответствие гигиеническим нормативам планировки, освещения, отопления, вентиляции, отделки жилых помещений;
- составлять школьное расписание в соответствии с гигиеническими требованиями;
- оценивать выполнение требований к содержанию детских садов и школ;
- применять различные методы и средства санитарного просвещения при работе с населением.

В ходе самостоятельной внеаудиторной работы у студентов формируются следующие знания:

- роли гигиены и экологии в системе наук изучающих природную среду;
- глобальных экологических проблем;
- мероприятий по профилактике загрязнений атмосферного воздуха;
- химических загрязнителей атмосферного воздуха и их характеристика;
- значения почвы в распространении инфекционных и неинфекционных заболеваний;
- гигиенического нормирования химических веществ в почве;
- санитарно-гигиенических показателей загрязнения почвы;
- законодательства Российской Федерации по защите источников водоснабжения;
- физических свойств и химического состава воды;
- требований к качеству питьевой воды;
- норм водопотребления в зависимости от степени благоустройства;
- экологического и гигиенического значения питания;
- основных принципов экспертизы продуктов питания;
- гигиенических требований к планировке, отделке, освещению, отоплению, вентиляции жилых зданий и помещений;
- гигиенических требований к условиям обучения школьников в общеобразовательных учреждениях;
- организации режима дня и учебных занятий в школе;
- гигиенических требований к школьному расписанию;
- производственных факторов, воздействующих на работающих;
- способов предупреждения неблагоприятного воздействия производственных факторов;
- основ рациональной организации трудового процесса, рабочего места;
- причин утомления и его профилактику;
- методов и средств санитарного просвещения населения.

Также реализуются общие **требования к образованности** выпускника:

- быть способным к анализу и проектированию своей деятельности, самостоятельным действиям в условиях неопределенности;
- быть готовым к проявлению ответственности за выполняемую работу;

- быть способным к практической деятельности по решению профессиональных задач;
- владеть профессиональной лексикой;
- быть способным научно организовывать свой труд, готовым к применению компьютерной техники в сфере профессиональной деятельности.

Перечень формируемых 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.
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.	Представлять информацию в понятном для пациента виде, объяснять ему суть вмешательств.
ПК 2.2.	Осуществлять лечебно-диагностические вмешательства, взаимодействуя с участниками лечебного процесса.
ПК 2.3.	Сотрудничать с взаимодействующими организациями и службами.

Структурные элементы внеаудиторной самостоятельной работы:

- Наименование темы, объём учебного времени, отведенный на самостоятельную работу.
- Виды и перечень заданий для самостоятельной (внеаудиторной) работы.
- Цель заданий.
- Требования к умениям и знаниям студентов.
- Формируемые компетенции.
- Инструкция к выполнению заданий, основные требования к результатам работы.
- Срок выполнения задания.
- Формы контроля выполнения задания самостоятельной (внеаудиторной) работы.
- Критерии оценки.
- Уровень освоения учебного материала.
- Список рекомендуемой литературы и других ресурсов.

Студенты сдают выполненные работы на проверку по истечении указанного срока. За каждую самостоятельную работу студенты получают оценку.

2. Тематический план и содержание учебной дисциплины
Гигиена и экология человека

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические занятия, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Предмет гигиены и экологии человека.		**8**	
Тема 1. Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии.	**Содержание учебного материала** Предмет гигиены и экологии человека. Содержание, связь с другими дисциплинами, междисциплинарными курсами. Роль гигиены и экологии в системе наук, изучающих природную среду. Задачи гигиены и экологии. Разделы гигиены и экологии. Основные положения гигиены и экологии. Методы гигиенических исследований, гигиеническое нормирование. Краткая история возникновения гигиены и экологии человека. Характеристика результатов антропогенного воздействия на окружающую природную среду, основные причины глобальных экологических проблем. Влияние природных и антропогенных экологических факторов на здоровье населения. Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор), ее структура, виды деятельности, задачи, функции.	4	1, 3
	Самостоятельная работа обучающихся № 1 Подготовить презентацию об одной из актуальных глобальных экологических проблем. Например: – «Загрязнение атмосферы с образованием кислотных осадков» – «Разрушение биосферного озонового экрана» – «Загрязнение Мирового океана» и пр.	4	
Раздел 2. Гигиена окружающей среды		**19**	

Тема 2.1. Атмосферный воздух, его физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение	**Содержание учебного материала** Физические свойства воздуха – температура, влажность, подвижность воздуха, атмосферное давление, электрическое состояние, их гигиеническое значение. Характеристика солнечной радиации. Гигиеническое значение климата и погоды. Химический состав атмосферного воздуха и его гигиеническое значение. Источники и виды загрязнения атмосферного воздуха, влияние на здоровье и условия жизни населения. Принципы защиты воздушной среды. Мероприятия по профилактике загрязнений атмосферного воздуха. Представление о законодательных, технологических, санитарно-технических, планировочных мероприятиях. Роль зеленых насаждений. Понятие о ПДК. **Практическое занятие № 1 «Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздушной среды в помещении».** 1.Изучение приборов, методик для измерения физических параметров воздушной среды. 2.Определение и гигиеническая оценка физических параметров воздуха в помещении. **Самостоятельная работа обучающихся № 2** Составить таблицу «Химические вещества, загрязняющие атмосферный воздух». Изучить законодательство Российской Федерации об охране атмосферного воздуха.	4 2 2	1, 2, 3
Тема 2.2. Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение			
	Содержание учебного материала Физиологическая роль, хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды. Виды источников водоснабжения и их санитарно-гигиеническая характеристика. Инфекционные заболевания, гельминтозы, передаваемые водным путём. Особенности водных эпидемий. Влияние загрязнения воды на здоровье человека.	4	1, 2

	Причины загрязнения. Охрана источников водоснабжения. Методы улучшения качества питьевой воды. **Практическое занятие № 2** **«Отбор проб воды. Определение органолептических свойств воды. Гигиеническая оценка качества питьевой воды»** 1.Отбор проб воды. Определение органолептических свойств воды. 2.Гигиеническая оценка качества питьевой воды на основании нормативных документов. **Самостоятельная работа обучающихся № 3** Изучить нормативные документы, отражающие гигиенические требования к питьевой воде, «Водный кодекс РФ».	2 2	
Тема 2.3. Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение	**Содержание учебного материала** Гигиеническое значение состава и свойств почвы. Почвенный воздух, пористость, капиллярность. Химический состав почвы, эндемическое значение почвы. Значение примесей антропогенного характера. Эпидемиологическое значение почвы. Самоочищение почвы. Проблемы накопления и утилизации отходов. Мероприятия по санитарной охране почвы. Гигиенические требования к очистке населенных мест (сбор, транспортировка, хранение, обезвреживание, переработка твердых и жидких отходов). Санитарная оценка почвы. **Самостоятельная работа обучающихся № 4** Заполнение таблицы «Гигиеническая оценка почвы»	2 1	1, 3
Раздел 3. Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест.		**7**	
Тема 3.1 Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий.	**Содержание учебного материала** Урбанизация и экология человека. Микроклимат города. Городской шум и профилактика его вредного воздействия. Гигиенические принципы планировки и застройки населенных мест. Гигиеническое значение озеленения.	4	1, 2

	Совокупное воздействие жилищных условий (физические, химические, биологические факторы) и степени их благоустройства на жизнедеятельность и здоровье человека. Экологическая характеристика современных строительных и отделочных материалов, бытовой техники. Гигиенические требования к планировке, естественному и искусственному освещению, отоплению, вентиляции помещений различных назначений: жилых помещений, помещений учреждений здравоохранения. Нормирование. **Практическое занятие № 3 «Гигиеническая оценка естественного и искусственного освещения помещений»** Исследование и оценка достаточности искусственного и естественного освещения. **Самостоятельная работа обучающихся № 5** Провести обследование жилища по предложенной схеме.	2 1	
Раздел 4. Гигиена питания		**13**	
Тема 4.1. Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания	**Содержание учебного материала** Обмен веществ и энергии в организме. Энергетический баланс. Белки: их значение для жизни, роста и развития организма. Состав белков. Заменимые и незаменимые аминокислоты. Основные источники белков в питании. Жиры: их значение в питании. Полиненасыщенные жирные кислоты, их значение, источники. Углеводы: их значение в питании. Гигиеническая характеристика и источники отдельных видов углеводов: моносахаридов (глюкозы, фруктозы), дисахаридов (сахарозы, лактозы), полисахаридов (крахмала, пектиновых веществ, клетчатки). Минеральные элементы: классификация, значение, источники. Характеристика эссенциальных минеральных элементов. Витамины: классификация, значение, источники. Профилактика гиповитаминозов. Рекомендуемые величины физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения. **Самостоятельная работа обучающихся № 6** Подготовить сообщение на тему: «Пищевая и биологическая ценность продуктов питания».	2 2	1, 3

Тема 4.2. Основные принципы рационального питания. Превентивное, лечебно-профилактическое, лечебное питание.	**Содержание учебного материала** Виды питания, в зависимости от биологического действия пищи. Превентивное питание. Лечебно-профилактическое питание. Лечебное питание. Характеристика основных лечебных диет. Механическое, химическое и термическое щажение в питании. Рациональное питание. Гигиенические требования к пищевому рациону, его энергетическая ценность и качественный состав, сбалансированность питательных веществ, усвояемость, разнообразие. Понятие о режиме питания. Требования к пищевому рациону. **Практическое занятие № 4** **«Органолептическая оценка пищевых продуктов. Оценка рациона питания»** Изучение и оценка органолептических свойств различных продуктов. Решение ситуационных задач. **Самостоятельная работа обучающихся № 7** Изучить нормативные документы, по организации рационального и безопасного питания.	2 2 1	1, 3
Тема 4.3. Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика.	**Содержание учебного материала** Заболевания, обусловленные недостаточным питанием. Болезни недостаточности питания, связанные с недостатком в рационе белков, витаминов, минеральных веществ. Болезни избыточного питания. Заболевания передающиеся человеку через продукты питания (мясо, молоко, рыбу), их профилактика. Понятие о пищевых отравлениях и их классификация, профилактика. **Самостоятельная работа обучающихся № 8** Подготовить памятку на тему: 1. Профилактика пищевых отравлений микробной этиологии. 2. Профилактика пищевых отравлений ядовитыми продуктами растительного происхождения. 3. Профилактика пищевых отравлений ядовитыми продуктами животного происхождения. 4. Профилактика пищевых отравлений примесями химических веществ.	2 2	1, 3

Раздел 5. Гигиена труда		**3**	
Тема 5.1 Гигиена труда	**Содержание учебного материала** Трудовая деятельность и физиологические функции организма. Понятие об утомлении и переутомлении. Показатели трудового процесса: тяжесть, напряженность, вредность, опасность. Классификация, краткая характеристика вредных, производственных факторов: физических, химических, биологических, нервно-психических, механических – факторов, обусловливающих динамическую и статическую нагрузку на опорно-двигательный аппарат. Общие понятия о профессиональных болезнях – заболеваниях, возникающих в результате воздействия на организм вредных производственных факторов. Основные направления профилактических оздоровительных мероприятий (законодательные, организационные, технологические, санитарно-технические, лечебно-профилактические). **Самостоятельная работа обучающихся № 9** Составить таблицу «Вредные производственные факторы, действующие на медицинских сестёр в ЛПУ. Профилактика.»	2 1	1, 2, 3
Раздел 6. Гигиена детей и подростков		**9**	
Тема 6.1. Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса	**Содержание учебного материала** Здоровье детского населения. Группы здоровья. Физическое развитие детей и подростков как критерий здоровья. Методы исследования и оценки физического развития детей и подростков. Явление акселерации и децелерации. Гигиенические принципы построения режима дня для различных возрастных групп. Основные гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса. Гигиена физического воспитания детей и подростков. **Самостоятельная работа обучающихся № 10** Составить расписание учебных занятий школьников на неделю для учеников 1 и 5 классов.	2 1	1, 2, 3

Тема 6.2. Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских и подростковых учреждений	**Содержание учебного материала** Планировка детских и подростковых учреждений. Требования к участкам, зданиям общеобразовательных школ, дошкольных образовательных учреждений. Гигиенические требования к оборудованию детских и подростковых учреждений, предметам детского обихода. Мебель дошкольных образовательных учреждений и школ. Гигиенические требования к учебным пособиям, детским игрушкам. Содержание детских и подростковых учреждений. Воздушно-тепловой режим. Показатели микроклимата: температура, влажность, скорость движения воздуха. Отопление. Вентиляция. Естественное и искусственное освещение. Санитарное содержание участка и помещений. **Практическое занятие № 5** **«Гигиеническая оценка режима дня и состояния здоровья детей в различных детских учреждениях. Гигиеническая оценка школьной мебели и микроклимата в учебных помещениях»** 1.Гигиеническая оценка режима дня в детском дошкольном учреждении и расписания уроков в школе. 2. Гигиеническая оценка школьной мебели и микроклимата в учебных помещениях. Решение ситуационных задач. **Самостоятельная работа обучающихся № 11** Изучить нормативные документы отражающие гигиенические требования к содержанию детских дошкольных и общеобразовательных учреждений.	2 2 2	1, 2
Раздел 7. Гигиеническое обучение и воспитание населения		**13**	
Тема 7.1. Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования	**Содержание учебного материала** Факторы, влияющие на здоровье человека: образ жизни, окружающая среда, генетический фактор, медицинское обслуживание. Образ жизни и его влияние на здоровье человека. Основные составляющие здорового образа жизни: режим труда и отдыха, правильное питание, физическая активность, психологический комфорт, отсутствие вредных привычек, личная гигиена, экологическая и медицинская грамотность.	4	1, 3

	Самостоятельная работа обучающихся № 12 Подготовить сообщение об одном из компонентов здорового образа жизни.	2	
Тема 7.2. **Методы формы и средства гигиенического воспитания населения**	**Содержание учебного материала** Цели, задачи, основные принципы гигиенического обучения и воспитания населения: устный, печатный, изобразительный (наглядный), комбинированный. Особенности методов. Основные средства санитарного просвещения: лекции, беседы, агитационно-информационные сообщения, санитарные бюллетени, памятки, брошюры, буклеты, требования, предъявляемые к ним. Формы гигиенического воспитания: индивидуальные, групповые, массовые. **Практическое занятие № 6** **«Гигиеническое воспитание и обучение населения»** Выступление перед аудиторией с сообщением по вопросам безопасной окружающей среды и формирования здорового образа жизни. Представление санитарных бюллетеней, памяток, буклетов. **Самостоятельная работа обучающихся № 13** Подготовить санитарный бюллетень, памятки, буклеты, по вопросам безопасной окружающей среды и формирования здорового образа жизни.	2 2 3	1, 3
Всего:		**72**	

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. Виды заданий для самостоятельной (внеаудиторной) работы студентов

Самостоятельная работа № 1.
Тема 1. «Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии».
Задание: Подготовить презентацию об одной из современных глобальных экологических проблем.

Самостоятельная работа № 2.
Тема 2.1. «Атмосферный воздух, его физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение».
Задание 1: Составить таблицу «Химические вещества, загрязняющие атмосферный воздух».
Задание 2: Изучить законодательство Российской Федерации об охране атмосферного воздуха.

Самостоятельная работа № 3.
Тема 2.2. «Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение»
Задание: Изучить нормативные документы, отражающие гигиенические требования к питьевой воде, «Водный кодекс».

Самостоятельная работа № 4.
Тема 2.3 «Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение».
Задание: Заполнить таблицу «Гигиеническая оценка почвы».

Самостоятельная работа № 5.
Тема 3. «Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий»
Задание: Провести обследование жилища по предложенной схеме.

Самостоятельная работа № 6.
Тема 4.1. «Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания».
Задание: Подготовить сообщение на тему: «Пищевая и биологическая ценность продуктов питания».

Самостоятельная работа № 7.
Тема 4.2 «Основные принципы рационального питания. Превентивное, лечебно-профилактическое, лечебное питание».
Задание: Изучить нормативные документы, по организации рационального и безопасного питания.

Самостоятельная работа № 8.
Тема 4.3 «Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика»
Задание: Подготовить памятку на тему (по выбору):

1. Профилактика пищевых отравлений микробной этиологии.
2. Профилактика пищевых отравлений ядовитыми продуктами растительного происхождения.
3. Профилактика пищевых отравлений ядовитыми продуктами животного происхождения.
4. Профилактика пищевых отравлений примесями химических веществ.

Самостоятельная работа № 9.
Тема 5. «Гигиена труда».
Задание: Составить таблицу «Вредные производственные факторы, действующие на медицинских сестёр в ЛПУ. Профилактика.»

Самостоятельная работа № 10.
Тема 6.1. «Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса».
Задание: Составить расписание учебных занятий школьников на неделю для учеников 1 и 5 классов.

Самостоятельная работа № 11.
Тема 6.2. «Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских и подростковых учреждений».
Задание: Изучить нормативные документы, отражающие гигиенические требования к содержанию детских дошкольных и общеобразовательных учреждений.

Самостоятельная работа № 12.
Тема 7.1. «Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования».
Задание: Подготовить сообщение об одном из компонентов здорового образа жизни.

Самостоятельная работа № 13.
Тема 7.2. «Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения».
Задание: Подготовить санитарный бюллетень, памятку, буклет, по вопросам безопасной окружающей среды и формирования здорового образа жизни.

4. Содержание самостоятельной (внеаудиторной) работы студентов по дисциплине «Гигиена и экология человека»

Самостоятельная работа № 1.
Тема 1. «Предмет гигиены и экологии человека. Основы общей экологии».
(4 часа)

Задание: Подготовить презентацию об одной из актуальных глобальных экологических проблем.

Цели:
- систематизировать и закрепить теоретические знания по теме «Предмет гигиены и экология атмосферы. Основы общей экологии»;
- углубить и расширить знания студентов о глобальном экологическом кризисе;
- проанализировать основные причины и последствия возникновения глобальных экологических проблем;
- рассмотреть пути решения глобальных экологических проблем.

Требования к умениям и знаниям студента.

Студент должен уметь:
- оценивать основные глобальные экологические проблемы;
- составлять сообщение на заданную тему

Студент должен знать:
- результаты антропогенного воздействия на окружающую природную среду;
- основные причины глобальных экологических проблем;
- влияние природных и антропогенных экологических факторов на здоровье населения;
- мероприятия, проводимые на разных уровнях, с целью решения или стабилизации экологических проблем.

Инструкция к выполнению:

Подготовить презентацию на тему (по выбору студентов): «Глобальные экологические проблемы».

Например:
- «Загрязнение атмосферы с образованием кислотных осадков»
- «Разрушение биосферного озонового экрана»
- «Загрязнение Мирового океана» и пр.

При подготовке презентации изучить теоретический материал по теме. Дополнить его материалами периодической печати, Интернета.

Выделить в структуре презентации следующие смысловые блоки:

— Актуальность проблемы
— Сущность проблемы
— Причины
— Следствие
— Пути решения
— Вывод

Требования к оформлению презентации, критерии оценки выполненной работы изложены в «Методические рекомендации по подготовке электронной презентации» (приложение № 3)

Срок выполнения задания: к теоретическому занятию № 3.

Формы контроля выполнения задания:

1. Проверка презентации.
2. Защита презентации.

Критерии оценки

Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:

«Отлично»

- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает глубокие знания темы, четко и обоснованно излагает материал, легко отвечает на поставленные вопросы
- материал оформлен в соответствии с требованиями;

«Хорошо»

- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает знания темы, но испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы;
- в целом материал оформлен в соответствии с требованиями, допущены неточности.

«Удовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;
- при защите работы студент не совсем четко и обоснованно излагает материал, испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы; проявляет неуверенность,
- при оформлении материала допущены ошибки.

«Неудовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;
- при защите студент показывает незнание материала темы, при ответе на вопросы допускает существенные ошибки;
- оформление материала не соответствует требованиям.

Уровень освоения учебного материала: продуктивный.

Самостоятельная работа № 2.

Тема 2.1. «Атмосферный воздух, его физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение» (2 часа)

Задание 1: Составить таблицу «Химические вещества, загрязняющие атмосферный воздух».
Задание 2: Изучить законодательство Российской Федерации об охране атмосферного воздуха.

Цели:

- систематизировать и закрепить теоретические знания по теме «Атмосферный воздух, его физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение».
- расширить знания студентов об антропогенных источниках загрязнения атмосферного воздуха.
- показать важность проведения мероприятий по профилактике загрязнений атмосферного воздуха.

Требования к умениям и знаниям студента

Студент должен уметь:

- оценивать степень загрязнения атмосферного воздуха, используя показатели ПДК вредных веществ.

Студент должен знать:

- химические загрязнители атмосферного воздуха, их гигиеническую характеристику;
- мероприятия по профилактике загрязнений атмосферного воздуха.

Инструкция к выполнению:

Задание 1: Составить таблицу «Химические вещества, загрязняющие атмосферный воздух».

Вещество, характеристика	**ПДК мг/м³**	**Источник загрязнения**	**Влияние на человека и окружающую среду**	**Профилактические и защитные мероприятия**

В таблице указать следующие вещества:

- угарный газ
- углеводороды
- оксиды серы
- окислы азота
- фтористые соединения
- фенолы
- бензопирен
- сероводород
- сажа, зола

Задание 2: Ознакомиться с Федеральным законом «Об охране атмосферного воздуха», принятый в 1999 году, с изменениями, принятыми 23 июля 2008 года и вступившими в силу 1 января 2009 года.

В рабочую тетрадь выписать понятия: вредное (загрязняющее) вещество, загрязнение атмосферного воздуха, трансграничное загрязнение атмосферного воздуха, неблагоприятные метеорологические условия, технический норматив выброса, предельно допустимая (критическая) нагрузка, мониторинг атмосферного воздуха, охрана атмосферного воздуха, качество атмосферного воздуха.

Подготовиться к обсуждению закона на практическом занятии.

Срок выполнения заданий: к следующему (после изучения темы) теоретическому занятию.

Формы контроля выполнения задания:

1. Устный опрос.
2. Проверка заданий в тетради.

Критерии оценки

Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:

«Отлично»

- задание выполнено полностью;
- таблица оформлена правильно, термины записаны в тетрадь;
- студент легко отвечает на поставленные вопросы.

«Хорошо»

- задание выполнено полностью;
- таблица оформлена не достаточно подробно, термины записаны в тетрадь;
- студент отвечает на поставленные вопросы.

«Удовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;

- таблица оформлена с ошибками, пропусками, не все термины записаны в тетрадь,
- студент испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы; проявляет неуверенность;

«Неудовлетворительно»

- задание выполнено не полностью или не выполнено;
- таблица оформлена частично, допущены ошибки; не все термины записаны в тетрадь,
- студент при ответе на вопросы допускает существенные ошибки.

Уровень освоения учебного материала*:* ознакомительный, продуктивный, репродуктивный.

Самостоятельная работа № 3.

Тема 2.2 «Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение» (2 часа).

Задание*:* Изучить нормативные документы, отражающие гигиенические требования к качеству питьевой воды, «Водный кодекс РФ»

Цели:

- углубить теоретические знания по теме «Вода, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение»;
- развивать познавательные способности, творческую инициативу и активность студентов;
- формировать умения студентов использовать нормативную документацию;
- научиться сравнивать нормативные показатели;
- научиться оценивать качество питьевой воды, пользуясь гигиеническими нормативами.

Требования к умениям и знаниям студента.

Студент должен уметь:

- работать с нормативной документацией;
- оценивать результаты исследования воды.

Студент должен знать:

- законодательство РФ по защите источников водоснабжения;
- физические свойства и химический состав воды;
- требования к питьевой воде;
- органолептические показатели воды;

- нормы водопотребления в зависимости от степени благоустройства;
- хозяйственно-бытовое, санитарно-гигиеническое значение воды.

Инструкция к выполнению.

1. Изучить гигиенические требования к качеству воды, изложенные в СанПиН 2.1.4.1074-01 «Питьевая вода. Гигиенические требования к качеству централизованного питьевого водоснабжения. Контроль качества», СанПиН 2.1.4.1175-02 «Требования к качеству воды нецентрализованного водоснабжения. Санитарная охрана источников».

2. При изучении требований выделить и назвать группы показателей качества воды

Выписать из документов микробиологические, органолептические показатели, а также ПДК в воде сульфатов, хлоридов, железа, нитратов, свободного остаточного хлора, жесткости, сухого остатка.

Найти и записать понятия коли-индекс, коли-титр, колиформные бактерии, термотолерантные колиформные бактерии, общее микробное число.

3. Выписать требования к устройству колодцев.

4. Ознакомиться с нормативным документом «Водный кодекс Российской Федерации» (с изменениями).

Выписать из «Водного кодекса РФ» понятия: акватория, водные ресурсы, водный объект, водный режим, водоотведение, водопользователь, водопотребление, водоснабжение, охрана водных объектов, сточные воды.

Срок выполнения задания*:* к практическому занятию № 2.

Форма контроля выполнения задания:

1. Устный опрос.
2. Проверка конспекта.
3. Решение ситуационных задач по заданной теме.

Критерии оценки

Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:

«Отлично»

- задание выполнено полностью;
- студент показывает глубокие знания темы, четко и обоснованно излагает материал, легко отвечает на поставленные вопросы;
- конспект оформлен аккуратно и содержит всю требуемую информацию.

«Хорошо»

- задание выполнено полностью;

- студент показывает знания темы, на вопросы отвечает с небольшими неточностями;
- конспект оформлен в соответствии с требованиями, допущены неточности.

«Удовлетворительно»
- задание выполнено не полностью;
- студент показывает знания темы, на вопросы отвечает с неточностями;
- при оформлении конспекта допущены ошибки.

«Неудовлетворительно»
- задание выполнено не полностью;
- студент показывает не знание темы, на вопросы отвечает со значительными ошибками;
- конспект не сделан.

Уровень освоения учебного материала: продуктивный.

Самостоятельная работа № 4.

Тема 2.3 «Почва, её физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение» (1 час).

Задание: Заполнить таблицу «Гигиеническая оценка почвы».

Цели:
- систематизировать и закрепить теоретические знания студентов по теме «Почва, ее физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение».
- углубить и расширить знания студентов о загрязнении почвы;
- формировать умение студентов использовать справочную, документальную и специальную литературу;
- развивать умение студентов излагать в доступной для населения форме подготовленный материал;
- показать важность проблемы проникновения радона в жилые здания;

Требования к умениям и знаниям студента

Студент должен уметь:
- обучать население методам профилактики заболеваний, фактором возникновения которых является почва.

Студент должен знать:
- состав почвы;
- значение почвы в распространении инфекционных и неинфекционных заболеваний;

- гигиеническое нормирование химических веществ в почве;
- санитарно-гигиенические показатели загрязнения почвы.

Инструкция к выполнению:

Изучить теоретический материал по теме «Почва, её физические и химические свойства, гигиеническое и экологическое значение». После изучения темы заполнить таблицу «Гигиеническая оценка почвы».

Характеристика почвы	Количество личинок мух на 0,25 $м^2$	Количество яиц гельминтов на 1 кг почвы	Коли-титр	Санитарное число Н.И. Хлебникова
Чистая				
Мало загрязненная				
Загрязненная				
Сильно загрязненная				

Таблицу выполнить в тетради. Ответить на вопросы:

- Что такое коли-титр?
- Что такое санитарное число Н.И. Хлебникова?

Срок выполнения задания: к практическому занятию № 3

Формы контроля выполнения задания:

1. Проверка таблицы.
2. Устный опрос.

Критерии оценки

Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:

«Отлично»

- задание выполнено полностью;
- таблица заполнена в соответствии с требованиями, без ошибок.

«Хорошо»

- задание выполнено полностью;
- таблица заполнена в соответствии с требованиями, допущены неточности.

«Удовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;
- при заполнении таблицы допущены ошибки.

«Неудовлетворительно»

- задание выполнено не полностью или не выполнено;
- таблица не заполнена, или заполнена не правильно.

Уровень освоения учебного материала*:* продуктивный.

Самостоятельная работа № 5.

Тема 3. «Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий» (1 час).

Задание*:* Провести обследование жилища по предложенной схеме.

Цели:

- систематизировать и закрепить теоретические знания и практические умения по теме «Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий».
- формировать умения использовать полученные знания для гигиенической оценки своего жилья;
- развивать познавательные способности студентов;
- развивать исследовательские умения.

Требования к умениям и знаниям студента.

Студент должен уметь:

- оценивать соответствие планировки жилых зданий гигиеническим нормативам;
- анализировать параметры воздушной среды, освещения жилых помещений, показатели микроклимата.

Студент должен знать:

- гигиенические требования к планировке, отделке, освещению, отоплению, вентиляции жилищ;
- гигиенические требования к планировке зданий и жилых помещений;
- показатели микроклимата жилых помещений.

Инструкции к выполнению задания:

Повторить теоретический материал по теме «Гигиенические основы планировки и благоустройства населенных мест. Гигиена жилых и общественных зданий». Обратить внимание на требования к размещению жилых зданий, показатели микроклимата, требования к освещенности, инсоляции, отделке жилых помещений. Провести обследование собственного жилища по схеме (Приложение 2). При выполнении обследования жилища можно воспользоваться помощью родителей.

При оценке освещенности пользоваться методом «ватт» и расчетом светового коэффициента и коэффициента глубины заложения помещений (см. Тетрадь практических занятий).

Результаты обследования записать в тетрадь для практических работ. Обязательно написать заключение и рекомендации по проведению

мероприятий, направленных на достижение соответствия гигиеническим требованиям.

Сроки выполнения задания: к практическому занятию № 3.

Форма контроля выполненного задания:
1. Проверка документации по проведенному обследованию жилого помещения.
2. Устный опрос.

Критерии оценки
Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:
«Отлично»
- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает глубокие знания темы, четко и обоснованно излагает материал, легко отвечает на поставленные вопросы;
- материал оформлен в соответствии с требованиями.
«Хорошо»
- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает знания темы,
- в целом материал оформлен в соответствии с требованиями, допущены неточности.
«Удовлетворительно»
- задание выполнено не полностью;
- при защите работы студент не совсем четко и обоснованно излагает материал, испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы; проявляет неуверенность;
- при оформлении материала допущены ошибки.
«Неудовлетворительно»
- задание выполнено не полностью;
при защите студент показывает незнание материала темы, при ответе на вопросы допускает существенные ошибки;
оформление материала не соответствует требованиям.

Уровень освоения учебного материала: репродуктивный.

Самостоятельная работа № 6.

Тема 4.1 «Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания» (2 часа).

Задание: Подготовить сообщение на тему: «Пищевая и биологическая ценность продуктов питания».

Цели:

- систематизировать и закрепить полученные теоретические знания по теме «Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания»;
- формировать умения использовать справочную и специальную литературу;
- развивать познавательные способности;
- развивать навыки анализировать, выделять главное, составлять презентацию.

Требования к умениям и знаниям студента.

Студент должен уметь:

- использовать полученные знания для санитарного просвещения населения.

Студент должен знать:

- экологическое и гигиеническое значение питания;
- значение в питании белков, жиров, углеводов;
- значение в питании витаминов, минеральных веществ;
- значение в питании пищевых добавок, биологически активных веществ.

Инструкции к выполнению задания:

1) Изучить учебный материал темы «Гигиенические основы физиологии и биохимии питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания».
2) Подготовить сообщение на тему: «Пищевая и биологическая ценность продуктов питания».

В сообщении раскрыть вопросы:

- Основные нутриенты: белки, жиры, углеводы, их характеристика, значение, источники поступления, нормы потребления.
- Витамины, минералы, их характеристика, значение, источники поступления, нормы потребления.
- Пищевые добавки: виды, значение.
- Представление одного из основных продуктов питания (по выбору студента), с точки зрения его пищевой и биологической ценности.

Сообщение выполнить письменно в рабочей тетради, без оформления титульной страницы.

Требования к оформлению сообщения изложены в «Методических рекомендациях по написанию реферата (сообщения)» (Приложение № 1).

Срок выполнения задания: к следующему (после изучения темы) теоретическому занятию.

Форма контроля выполнения задания:

1. Устный опрос.
2. Представление сообщения.

Критерии оценки

Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:

«Отлично»

- задание выполнено полностью;
- при защите сообщения студент показывает глубокие знания темы, четко и обоснованно излагает материал, легко отвечает на поставленные вопросы;
- сообщение оформлено в соответствии с требованиями;

«Хорошо»

- задание выполнено полностью;
- при защите сообщения студент показывает знания темы,
- в целом материал оформлен в соответствии с требованиями, допущены неточности

«Удовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;
- при представлении сообщения студент не совсем четко и обоснованно излагает материал, испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы; проявляет неуверенность,
- сообщение не соответствует многим требованиям.

«Неудовлетворительно»

- задание не выполнено, или оформлено не правильно.

Уровень освоения учебного материала: продуктивный.

Самостоятельная работа № 7.
Тема 4.2 «Основные принципы рационального питания. Лечебное, лечебно-профилактическое питание». (1 час)

Задание: Изучить нормативные документы, по организации рационального и безопасного питания.

Цели:
- систематизировать и закрепить полученные теоретические знания по теме «Основные принципы рационального питания. Превентивное, лечебно-профилактическое, лечебное питание»;
- формировать умения использовать справочную и специальную литературу;
- развивать познавательные способности;
- развивать навыки анализировать, выделять главное.

Требования к умениям и знаниям студента.
Студент должен уметь:
- давать рекомендации по режиму рационального питания здоровых людей;

Студент должен знать:
- основные принципы рационального питания;
- гигиенические требования к пищевому рациону;
- понятие об энергетической ценности пищевого рациона;
- понятие о превентивном, лечебно-профилактическом, лечебном питании;
- характеристики основных лечебных диет.

Инструкции к выполнению задания:

Повторить теоретический материал по теме «Основные принципы рационального питания. Превентивное, лечебно-профилактическое, лечебное питание». Выполнить задание.

Задание. Изучить нормативные документы, по организации рационального и безопасного питания.

1) Ознакомиться с документами:
- МР 2.3.1.2432 -08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения РФ».
- СанПиН 2.3.2.1324-03 "Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов"

2) Опишите следующие понятия, согласно МР 2.3.1.2432 -08

а) Величина основного обмена (ВОО). От чего зависит ВОО. Определить свою ВОО.

б) Макронутриенты

в) Микронутриенты
г) Энергетический баланс
д) Энерготраты суточные
е) Группы населения, дифференцированные по уровню физической активности.
ж) Энергия – как нормируемый показатель.

3) Ответьте на вопросы, согласно СанПиН 2.3.2.1324-03:

а) Что такое скоропортящиеся, особо-скоропортящиеся, нескоропортящиеся продукты?
б) Какая информация должна наносится на этикетку продуктов питания?
в) Назовите основные требования к условиям хранения пищевых продуктов.

Задания выполнить письменно в рабочей тетради по форме «вопрос-ответ».

Сроки выполнения задания: к практическому занятию № 4.

Форма контроля выполненного задания:

1. Устный опрос.
2. Проверка выполнения задания в рабочих тетрадях.

Критерии оценки

Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:

«Отлично»

- задание выполнено полностью;
- студент показывает глубокие знания темы, четко и обоснованно излагает материал, легко отвечает на поставленные вопросы
- материал оформлен в соответствии с требованиями;

«Хорошо»

- задание выполнено полностью;
- студент показывает знания темы, на вопросы отвечает с небольшими неточностями;
- в целом материал оформлен в соответствии с требованиями, допущены неточности.

«Удовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;
- студент не совсем четко и обоснованно излагает материал, испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы; проявляет неуверенность;
- материал оформлен не полностью.

«Неудовлетворительно»
- задание выполнено не полностью или не выполнено;
- студент показывает незнание материала темы, при ответе на вопросы допускает существенные ошибки.

Уровень освоения учебного материала: продуктивный.

Самостоятельная работа № 8.

Тема 4.3. «Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика» (2 часа)

Задание: Подготовить памятку на тему:

1. Профилактика пищевых отравлений микробной этиологии.
2. Профилактика отравлений ядовитыми продуктами растительного или животного происхождения.
3. Профилактика отравлений примесями химических веществ.

Цели:

- систематизировать и закрепить полученные теоретические знания по теме «Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их профилактика».
- развивать познавательную и творческую активность студентов при подготовке памяток для населения.

Требования к умениям и знаниям студента

Студент должен уметь:

- использовать полученные знания при проведении санитарного просвещения среди населения;
- проводить профилактику пищевых отравлений

Студент должен знать:

- заболевания, обусловленные недостаточным или избыточным питанием;
- заболевания передающиеся человеку через продукты питания (мясо, молоко, рыбу);
- пищевые отравления микробной и немикробной этиологии;
- профилактику пищевых отравлений.

Инструкция к выполнению задания:

Изучить теоретический материал по теме «Заболевания, связанные с характером питания. Пищевые отравления различной этиологии и их

профилактика». При изучении материала обратить внимание на профилактические мероприятия, проводимые для предотвращения пищевых отравлений.

После изучения теоретического материала, составить памятки для населения на одну из выбранных тем. Памятку выполнить на листе формата А4. Текст можно написать от руки или напечатать. Помните, вы не должны рекомендовать принимать какие-либо препараты, ваши рекомендации должны быть направлены на предупреждение отравлений. Можно использовать рисунок или аппликацию.

Сроки выполнения задания: к практическому занятию № 4.

Форма контроля выполненного задания:
1. Проверка и обсуждение памяток.
2. Устный опрос.

Критерии оценки
Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:
«Отлично»
- задание выполнено полностью;
- материал оформлен в соответствии с требованиями.
«Хорошо»
- задание выполнено полностью;
- в целом материал оформлен в соответствии с требованиями, допущены неточности.
«Удовлетворительно»
- задание выполнено не полностью;
- при оформлении материала допущены ошибки.
«Неудовлетворительно»
- задание не выполнено.

Уровень освоения учебного материла: продуктивный.

Самостоятельная работа № 9.
Тема 5. «Гигиена труда» (1 час).

Задание: Составить таблицу «Вредные производственные факторы, действующие на медицинских сестёр в ЛПУ. Профилактика.»

Цели:

- систематизировать и закрепить полученные теоретические знания по теме «Гигиена труда»;
- развивать исследовательские умения.

Требования к умениям и знаниям студента

Студент должен уметь:

- использовать полученные знания при организации рабочего места;
- проводить профилактику действия вредных производственных факторов в своей профессиональной деятельности.

Студент должен знать:

- производственные факторы, воздействующие на состояние здоровья работающих;
- способы предупреждения неблагоприятного воздействия производственных факторов;
- основы рациональной организации трудовых процессов, режима труда и отдыха, рабочего места;
- причины утомления и его профилактика.

Инструкция к выполнению задания*:* Изучить теоретический материал по теме «Гигиена труда».

Составить таблицу «Вредные производственные факторы, действующие на медицинских сестёр в ЛПУ. Профилактика.»

Фактор	Характеристика фактора	Источник, условия действия	Влияние на организм	Мероприятия профилактики и защиты

При подготовке таблицы следует учитывать, что основными профессиональными вредностями работников здравоохранения являются следующие:

- работа с рентгеновским излучением, радиоактивными изотопами, ультразвуком, лазерным излучением, ультрафиолетовым излучением, полями и токами СВЧ, УВЧ, ВЧ и т.д.;
- возможность травматизации в связи с особым контингентом больных;
- травматизация в связи с транспортом, аппаратурой;
- контакт с патогенными микроорганизмами, антибиотиками, вакцинами, сыворотками, биостимуляторами;
- вынужденное положение тела или напряжение отдельных систем и органов;
- сложность контакта с больными и их родственниками;

- контакт с наркотическими, дезинфицирующими, консервирующими веществами, лекарственными препаратами, кислотами, щелочами, органическими растворителями и т.д.;
- ночные дежурства и т.д.

Работу выполнить в рабочей тетради.

Сроки выполнения задания: к следующему (после изучения темы) теоретическому занятию.

Форма контроля выполненного задания:

2. Устный опрос.
3. Проверка конспектов.

Критерии оценки

Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:

«Отлично»

- задание выполнено полностью;
- студент показывает глубокие знания темы, четко и обоснованно излагает материал, легко отвечает на поставленные вопросы
- материал оформлен в соответствии с требованиями;

«Хорошо»

- задание выполнено полностью;
- в целом материал оформлен в соответствии с требованиями, допущены неточности;
- студент показывает знания темы, на вопросы отвечает с небольшими неточностями;

«Удовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;
- при оформлении материала допущены ошибки;
- студент не совсем четко и обоснованно излагает материал, испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы; проявляет неуверенность.

«Неудовлетворительно»

- задание выполнено не полностью или не выполнено;
- оформление материала не соответствует требованиям.
- студент показывает незнание материала темы, при ответе на вопросы допускает существенные ошибки.

Уровень освоения учебного материла: продуктивный.

Самостоятельная работа № 10
Тема 6.1. «Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса» (1 час)

Задание: Составить расписание учебных занятий школьников на неделю для учеников 1 и 5 классов.

Цели:

- систематизировать и закрепить теоретические знания студентов по теме «Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса»
- формировать умения использовать справочную и специальную литературу;
- развивать активность студентов, творческую инициативу;
- развивать исследовательские умения.

Требования к умениям и знаниям студента.

Студент должен уметь:

- определять сложность предметов по ранговой шкале;
- составлять школьное расписание с учетом сложности предметов, недельной нагрузки и распределения работоспособности в течение дня и недели.

Студент должен знать:

- гигиенические требования к условиям обучения школьников в общеобразовательных учреждениях;
- организацию режима дня и учебных занятий в школе;
- гигиенические требования к школьному расписанию.

Инструкция к выполнению задания:

Изучить учебный материал по теме «Состояние здоровья и физическое развитие детей и подростков. Гигиенические требования к организации учебно-воспитательного процесса».

Школьное расписание следует составлять, согласно гигиеническим требованиям к режиму образовательной деятельности СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" (в ред. Изменений N 3, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 N 81).

Перед составлением расписания выписать все необходимые требования с указанием подпункта нормативного документа.

В работе должны быть учтены требования к недельной нагрузке, ранговая шкала трудности предметов и распределение утомляемости в течение дня и недели, указано количество, длительность, вид уроков, длительность перерывов и пр.)

Составленное расписание записать в рабочую тетрадь.

Срок выполнения задания: к практическому занятию № 5.

Форма контроля выполнения задания:
Проверка составленного расписания.

Критерии оценки

Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:

«Отлично»
- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает глубокие знания темы, четко и обоснованно излагает материал, легко отвечает на поставленные вопросы
- расписание оформлено в соответствии с требованиями;

«Хорошо»
- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает знания темы,
- в целом расписание оформлено в соответствии с требованиями, допущены неточности.

«Удовлетворительно»
- задание выполнено не полностью;
- при защите работы студент не совсем четко и обоснованно излагает материал, испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы; проявляет неуверенность,
- при оформлении расписания допущены ошибки.

«Неудовлетворительно»
- при защите студент показывает незнание материала темы, при ответе на вопросы допускает существенные ошибки.
- расписание не соответствует требованиям.

Уровень освоения учебного материала: продуктивный.

Самостоятельная работа № 11.
Тема 6.2. «Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских и подростковых учреждений» (2 часа)

Задание*:* Изучить нормативные документы, отражающие гигиенические требования к содержанию детских дошкольных и общеобразовательных учреждений.

Цели:

- систематизировать и закрепить теоретические знания по теме «Гигиенические требования к планировке, оборудованию и содержанию детских и подростковых учреждений».
- расширить знания студентов об устройстве и оборудовании детских и подростковых учреждений.

Требования к умениям и знаниям студента

Студент должен уметь:

- оценивать планировку детских и подростковых учреждений, оборудование, благоустройство ДДУ и школ.

Студент должен знать:

- принципы планировки детских и подростковых учреждений;
- требования к зданиям, помещениям школ, ДДУ;
- требования к оборудованию детских и подростковых учреждений;
- требования к мебели, игрушкам, микроклимату;
- особенности содержания детских и подростковых учреждений.

Инструкция к выполнению:

1) Изучить

- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»
- СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" (в редакции от 2015 г.)

2) Ответить письменно на вопросы:

1. Где могут размещаться здания дошкольных учреждений и школ?
2. Какие требования предъявляются к устройству, зонированию, уборке, озеленению участка?
3. Основные требования к зданию, помещениям?
4. Какие требования предъявляются к внутренней отделке помещений?
5. Сколько этажей должно быть в здании дошкольной организации?
6. Что входит в состав групповой ячейки дошкольной организации?

7. Какова оптимальная наполняемость групп, классов?
8. Как организуется питание детей в дошкольной организации и школе?
9. Какие требования предъявляются к мебели, игрушкам?
10. Какие требования предъявляются к отоплению, освещению, микроклимату?
11. Какие требования предъявляются к санитарному содержанию помещений?
12. Какие гигиенические и противоэпидемические мероприятия, проводятся медицинским персоналом в дошкольных организациях и школах?

    Задание выполнить в форме «вопрос-ответ», в ответе ссылаться на конкретные подпункты нормативных документов.

Срок выполнения заданий: к практическому занятию № 5.

Формы контроля выполнения задания:

1. Устный опрос.
2. Проверка конспектов.

Критерии оценки

Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:

«Отлично»

- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает глубокие знания темы, четко и обоснованно излагает материал, легко отвечает на поставленные вопросы
- конспект составлен в соответствии с требованиями;

«Хорошо»

- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает знания темы;
- в целом конспект составлен в соответствии с требованиями, допущены неточности.

«Удовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;
- при защите работы студент не совсем четко и обоснованно излагает материал, испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы; проявляет неуверенность;
- конспект не полный, допущены существенные ошибки;

«Неудовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;

при защите студент показывает незнание материала темы, при ответе на вопросы допускает существенные ошибки;

- конспект не полный, допущены существенные ошибки или конспект не выполнен.

Уровень освоения учебного материала: продуктивный.

Самостоятельная работа № 12.
Тема 7.1. «Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования» (2 часа)

Задание: Подготовить сообщение об одном из компонентов здорового образа жизни.

Цели:

- систематизировать и закрепить теоретические знания по теме «Компоненты здорового образа жизни и пути их формирования».
- расширить знания студентов о факторах, влияющих на здоровье человека;
- показать важность ведения здорового образа жизни.

Требования к умениям и знаниям студента

Студент должен уметь:

- применять полученные знания в санитарном просвещении населения.

Студент должен знать:

- факторы, влияющие на здоровье человека;
- компоненты здорового образа жизни.

Инструкция к выполнению:

Изучить теоретический материал темы. Подготовить сообщение об одном из компонентов здорового образа жизни (рациональный режим труда и отдыха, правильное питание, физическая активность, психологический комфорт (психогигиена), отсутствие (отказ от) вредных привычек, личная гигиена, экологическая и медицинская грамотность).

В сообщении должны быть отражены:

- характеристика, описание компонента
- его вклад в формирование здорового образа жизни
- примеры позитивного и негативного влияния
- правила, методы, виды, относящиеся к теме
- конкретные рекомендации

Требования к оформлению сообщения, критерии оценки выполненной работы изложены в «Рекомендациях по написанию реферата (сообщения)» (приложение № 1).

Срок выполнения заданий: к практическому занятию № 6.

Формы контроля выполнения задания:

1. Проверка сообщений.
2. Представление сообщения перед слушателями.

Критерии оценки:

Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:

«Отлично»

- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает глубокие знания темы, четко и обоснованно излагает материал, легко отвечает на поставленные вопросы
- сообщение, презентация оформлены в соответствии с требованиями;

«Хорошо»

- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает знания темы,
- в целом сообщение, презентация оформлены в соответствии с требованиями, допущены неточности

«Удовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;
- при защите работы студент не совсем четко и обоснованно излагает материал, испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы; проявляет неуверенность,
- при оформлении сообщения, презентации допущены ошибки.

«Неудовлетворительно»

- задание не выполнено.

Уровень освоения учебного материала: продуктивный.

Самостоятельная работа № 13.
Тема 7.2. «Методы формы и средства гигиенического воспитания населения» (3 часа)

Задание: Подготовить санитарный бюллетень, памятку, буклет, по вопросам безопасной окружающей среды и формирования здорового образа жизни.

Цели:
- систематизировать и закрепить теоретические знания по теме «Методы формы и средства гигиенического воспитания населения».
- расширить знания студентов о факторах, влияющих на здоровье человека;
- показать важность ведения здорового образа жизни;
- научиться применять основные средства санитарного просвещения.

Требования к умениям и знаниям студента

Студент должен уметь:
- применять полученные знания в санитарном просвещении населения.

Студент должен знать:
- факторы, влияющие на здоровье человека;
- компоненты безопасной окружающей среды;
- компоненты здорового образа жизни;
- цели, задачи гигиенического обучения населения;
- средства санитарного просвещения;
- формы гигиенического воспитания.

Инструкция к выполнению:

Изучить теоретический материал темы «Методы, формы и средства гигиенического воспитания населения». Подготовить санитарный бюллетень, памятку, буклет, по вопросам безопасной окружающей среды и формирования здорового образа жизни. Тему можно выбрать самостоятельно и согласовать с преподавателем.

Требования к оформлению сообщения, критерии оценки выполненной работы изложены в Требованиях к оформлению и выпуску санитарного бюллетеня – Приложение № 4.

Срок выполнения заданий: к практическому занятию № 6.

Формы контроля выполнения задания:
Проверка и обсуждение выполненной работы.

Критерии оценки

Полнота выполнения самостоятельной (внеаудиторной) работы характеризует качество знаний студентов и оценивается по пятибалльной системе:

«Отлично»

- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает глубокие знания темы, четко и обоснованно излагает материал, легко отвечает на поставленные вопросы
- материал оформлен в соответствии с требованиями;

«Хорошо»

- задание выполнено полностью;
- при защите работы студент показывает знания темы,
- в целом материал оформлен в соответствии с требованиями, допущены неточности

«Удовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;
- при защите работы студент не совсем четко и обоснованно излагает материал, испытывает затруднения при ответе на поставленные вопросы; проявляет неуверенность,
- при оформлении материала допущены ошибки

«Неудовлетворительно»

- задание выполнено не полностью;

при защите студент показывает незнание материала темы, при ответе на вопросы допускает существенные ошибки.

оформление материала не соответствует требованиям.

Уровень освоения учебного материала: продуктивный.

5. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Экология: учебник и практикум для СПО / под ред. А.В. Тотая, А.В. Корсакова.- 4-е изд.,перераб. и доп.-М.: Юрайт, 2016.-450 с.

Электронные ресурсы:

2. Бурак И.И., Гигиена и экология человека [Электронный ресурс]: учеб. пособие / И.И. Бурак, С.И. Сычик, Л.М. Шевчук, В.Н. Бортнов и др. - Минск : Выш. шк., 2015. - 271 с. - ISBN 978-985-06-2570-0 - Режим доступа: http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9789850625700.html
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, 2019. — 206 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-06430-8. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: https://www.biblio-online.ru/bcode/441261

Дополнительные источники:

4. Крымская И.Г. Гигиена и экология человека: учебное пособие. – 3-е изд., стер. – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 351с.
5. Гигиена экология человека: Учебник/под ред. Матвеевой Н.А. М. Академия, - 2008, - 304с.
6. Крымская И.Г., Рубан Э.Д. Гигиена и основы экологии человека. Ростов н/Д: Феникс. – 2009, - 342с.
7. Пивоваров Ю.П., Королик В. М. Гигиена и основы экологии человека. М. Академия, -2008. -528с.
8. Пивоваров Ю.П. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и основам экологии человека: учеб. пособие для студ. вузов. – М.: ИЦ «Академия», 2008.- 512 с.
9. Тупикин Е.И. Общая биология с основами экологии и природоохранной деятельности: учеб. пособие для нач. проф. образования / Е.И. Тупикин.- 11-е изд.,стер.-М.:Академия, 2014.-384 с.
10. Филиппов П.И., Филиппова В.П. Гигиеническое воспитание и формирование здорового образа жизни. / Под общей ред. проф. Г.И. Стуколовой. - М., ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2009, - 238с.
11. Экологические основы природопользования. Трушина Т.П. Ростов н/Д: Феникс.- 2009,- 407с.

Приложение 1

Методические рекомендации по написанию реферата (сообщения)

Сущность и назначение реферата (сообщения) заключается в адекватном, кратком изложении, но с достаточной полнотой основного содержания текста-источника, передаче проблемной информации по заданной теме.

I. Цели и задачи рефератов (сообщений).

1. Развитие мышления студентов (умение анализировать, сопоставлять и обобщать различные точки зрения и конкретный материал, умение делать логические выводы)
2. Расширение общего кругозора студентов и углубление знаний в области данной дисциплины;
3. Формирование умений реферирования;
4. Формирование базисных умений научной работы (исследовательские методы, самостоятельное нахождение научного материала в библиографических отделах, с помощью справочников и т.п., составление списка использованной литературы, оформление ссылок и т.п.)
5. Овладение основами научной письменной речи.

II. Требования к реферату (сообщению):

1. Реферат (сообщение) должен быть подготовлен по теме в соответствии с программой дисциплины.
2. Реферат (сообщение) должен содержать обоснование выбора темы, раскрытие сути проблемы на основе изучения литературы по теме (не менее 3-х источников), выводы, к которым пришел автор в результате изучения литературы.

III. Методика работы над рефератом (сообщением).

1. Выбор темы осуществляется в соответствии с программой дисциплины, на основе перечня предложенных тем.
2. Приступая к подготовке реферата (сообщения), помните, что ваша главная цель – глубоко осмыслить материал по теме реферата, объективно и корректно изложить положения авторов текстов-источников и сформулировать собственное отношение к изложенному.
3. Подберите литературу по теме. Внимательно прочитайте и проанализируйте выбранные источники: вычлените наиболее важную проблематику по избранной теме, сущность точек зрения авторов и излагаемых ими подходов. Выпишите основные положения, которые могут составить содержание вашего реферата (сообщения).

4. Сравните информацию изученных источников, определите общее и различия, выберите базовый источник, где тема, на ваш взгляд, изложена наиболее полно.
5. Составьте план. Он должен включать в себя следующие разделы:
   а) Введение (представление темы):
   - цель и задачи реферата (сообщения);
   - актуальность рассматриваемой проблемы;
   б) Основная часть (аналитическое изложение рассматриваемой проблемы):
   - формулировка вопросов темы (как правило, не более 3-х);
   - письменное изложение содержания рассматриваемых вопросов;
   в) Заключение (выводы, которые должны быть сделаны автором по исследованным текстовым источникам, и мнение автора по рассмотренным вопросам реферата);
   г) Библиография (список литературы, использованной при написании работы, с указанием исходных данных).

IV. Структура и объем.

Структура реферата (сообщения): титульный лист, план, введение, основная часть, выводы, список использованной литературы.

Объем реферата составляет 10-15 страниц (шрифт №14, через 1,5 интервала).

Объем сообщения: 5-7 страниц.

V. Оформление.

а) Титульный лист.

б) План (с указанием страниц разделов).

в) Введение.

г) Текстовое изложение главной части, в соответствии с вопросами плана.

д) Заключение.

е) Иллюстративный материал (таблицы, графики, рисунки (лучше давать по тексту). Приложения (в виде схем) приводятся в конце работы.

ж) Список использованной литературы дается на отдельных страницах (странице) после текстового изложения материала. Он должен быть оформлен в соответствии со стандартами, регламентирующими библиографическое описание произведений печати.

2. Нумерация страниц реферата должна быть сквозной (титульный лист не нумеруется, нумерация страниц начинается со второй страницы).

3. Текстовое расположение материала должно быть на стандартных листах (поле слева – 3 см, верхнее и нижнее поле не менее 2 см).

VI. Оценка.

по 5-ти бальной системе, которая включает все компоненты требований по подготовке, написанию и оформлению работы;

При проверке работы преподавателем оцениваются:

1. Знания и умения на уровне требований стандарта конкретной дисциплины: знание фактического материала, усвоение общих представлений, понятий, идей.
2. Характеристика реализации цели и задач исследования (новизна и актуальность представленных в реферате проблем, правильность формулирования цели, определения задач исследования, правильность выбора методов решения задач и реализации цели; соответствие выводов решаемым задачам, поставленной цели, убедительности выводов).
3. Степень обоснованности аргументов и обобщений (полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы, логичность и последовательность изложения материала, конкретность аргументации и системы доказательств, характер и достоверность примеров, иллюстрированного материала, широта кругозора автора, наличие знаний интегрированного характера, способность к общению).
4. Качество и ценность полученных результатов (степень завершенности реферативного исследования, спорность или однозначность выводов).
5. Использование литературных источников.
6. Культура письменного изложения материала.
7. Оформление работы в соответствии с требованиями.

Приложение 2

Схема обследования жилого здания

1. Общие сведения: наименование здания, специально выстроено или приспособлено для настоящей цели, год постройки, адрес.
2. Топография местности: возвышенная, низменная, болотистая, открытая или закрытая от ветров.
3. Характеристика окружающей территории: зеленые насаждения, заболоченные участки, расположение промышленных предприятий и загрязнение ими атмосферного воздуха, наличие шумных пыльных автомагистралей.
4. Благоустройство земельного участка здания, степень озеленения, перечень надворных построек, замощение участка, система и состояние его уборки.
5. Характеристика здания: ориентация по отношению к сторонам света, число этажей, количество квартир во всем доме и на каждом этаже, использование подвальных и чердачных помещений, строительный материал (кирпичное, панельное, деревянное).
6. Санитарное благоустройство здания: системы отопления, вентиляции, водоснабжения, удаления нечистот и отбросов.
7. Устройство квартиры: этаж, планировка комнат, размещение основных и подсобных помещений, ориентация комнат, возможность сквозного проветривания, число наружных выходов, число комнат, их размеры, общая площадь квартиры, внутренняя отделка.
8. Плотность заселения квартиры: число жильцов в квартире и в каждой комнате, площадь пола и объем воздуха на одного человека, санитарное состояние помещений: состояние стен, полов, дверей, окон, потолка, использование полимерных строительных материалов, признаки сырости, качество воздуха, эффективность вентиляции и отопления, достаточность дневного и искусственного освещения (по методу «ватт»), система и качество ухода за помещениями, наличие насекомых и грызунов.
9. Заболеваемость жильцов и жалобы в связи с неблагоприятными жилищными условиями; инфекционные болезни, простудные заболевания, аллергические реакции, явления общего недомогания (если есть данные).
10. Дополнительные сведения: санитарное состояние лестниц, работа лифтов и др.
11. Заключительные рекомендации.

Приложение 3

Методические рекомендации по подготовке электронной презентации

1. Прежде, чем приступить к работе над презентацией, следует добиться полного понимания того, о чём вы собираетесь рассказать.
2. Провести разбивку материала на небольшие смысловые части. Каждый слайд должен иметь заголовок.
3. Определить возрастные особенности аудитории, для которой будет составлена презентация.
4. Подобрать для каждой смысловой части соответствующие рисунки, фотографии, звуко- и видеофайлы.
5. 1-й слайд – название работы, автор, группа, учреждение.
6. 2-й слайд – цель работы.
7. Не использовать яркие цвета: один слайд – три цвета максимум. Нет красному тексту!
8. В презентации не должно быть ничего лишнего. Каждый слайд должен представлять собой необходимое звено повествования и работать на общую идею презентации.
9. В презентации использовать один шрифт и гарнитуру (размер 28-44).
10. Не стоит заполнять один слайд слишком большим объёмом информации: люди могут единовременно запомнить не более трех фактов, выводов, определений.
11. Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде (один слайд – одна мысль).
12. Использовать сжатый, информационный стиль изложения материала (минимум текста на экране 3-5 строк).
13. Продолжительность презентации должна составлять не более 15-20 минут (показ одного слайда около 1 минуты). Это составляет примерно 20 слайдов.

Приложение 4

Основные требования к оформлению и выпуску санитарного бюллетеня

Санитарный бюллетень – форма санитарной стенной печати. Он может быть выполнен на медицинскую тему или связан с одним из разделов гигиены.

Студентам рекомендуется выбирать темы согласно изученному материалу в пределах своей компетенции на момент выполнения задания.

Санитарный бюллетень может выпускаться медицинскими работниками в больнице, поликлинике, учебных заведениях и вывешиваться в жилой зоне, на промпредприятиях, в медицинских и немедицинских организациях и учреждениях.

Санитарный бюллетень может быть рисованным (рисунок делается художником на листе бумаги, где пишется и текст) или аппликационным. Размер санбюллетеня, как правило, А1, расположение – горизонтальное.

Санбюллетень состоит из текстовой и изобразительной части. Причем текстовая преобладает.

Требования к тексту

Текст должен быть написан доступным языком с учётом интересов и образовательного ценза читателей. Можно выбрать любой жанр: информирование, очерк, рассказ и т.д. Текст пишется на основе научных, статистических данных и конкретных примеров.

Текст состоит из введения, основной части и заключения. Введение и передовая статья объясняет, почему выбрана данная тема, насколько она актуальна.

Основная часть может состоять из нескольких сообщений, информации или коротких «зарисовок». Каждая из них должна иметь броский подзаголовок. В основной части раскрывается суть проблемы. Сложные медицинские термины употреблять не рекомендуется. Советы по лечению давать запрещается. Санитарный бюллетень должен иметь профилактическую направленность.

Заключение может состоять из вопросов и ответов или просто выводов авторов. Текст желательно заканчивать лозунгом - призывом, вытекающим из содержания санбюллетеня.

Подзаголовки, названия сообщений необходимо выделить с помощью цвета, определенного шрифта и пр. Сам текст может быть напечатан, должен располагаться колонками с определенной шириной. Размер шрифта и интервалы должны соответствовать размерам санитарного бюллетеня.

Название должно быть броским, ярким и не запугивающим, должно отражать содержание.

Требования к изобразительной части

Изобразительная часть иллюстрирует текстовую и может состоять из одного или нескольких рисунков. Рисунок должен формировать одно зрительное пятно, т.е. точку, привлекающую в первую очередь к себе взгляд читателя. Если санбюллетень перегружен иллюстрациями, то читателю трудно сосредоточиться, его внимание рассеивается. Чтобы этого не случилось, нужно использовать «родственные» тона краски, а не делать санбюллетень пёстрым и многоцветным (кроме тех случае, когда он выпускается для детей). Кроме рисунков, в санбюллетене могут использоваться схемы и фотографии. Изобразительная часть вместе с текстовой не должны перегружать газету, т.е. в санбюллетене должны оставаться свободные места, иначе он будет трудно читаться. В то же время нельзя допускать, чтобы в нём оставалось много пустого пространства. Нужна разумная мера заполнения.

7. Лист внесения изменений

№	Номер и дата распорядительного документа о внесении изменений	Дата внесения изменений	Ф.И.О. лица, ответственного за изменение	Подпись	Номер и дата распорядительн ого документа о принятии изменений