

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа пгт.Приисковый

«Рассмотрено
на заседании

Зоя Баранова И.Н.
Протокол № 1 от
«30» 08 2022 года

«Согласовано»

заместитель директора по УВР
Зоя Баранова И.Н.
«29» 08 2022 года

«Утверждаю»

директор
МБОУ СОШ пгт.Приисковый
О.Н. Крапивная
«30» авг 2022 года



**Адаптированная
рабочая программа
внеурочной деятельности
«Основы медицинских знаний»
для учащихся 7-10 класса
2022-2023у.г**

Составитель:

Стремилова Анастасия Владимировна
учитель биологии
высшей квалификационной категории

п.Приисковый
2022г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная программа «Основы медицинских знаний» имеет **естественнонаучную направленность**, и предполагает углубленный уровень освоения.

Актуальность программы заключается в том, что проблема здоровья подростков имеет острую социальную значимость. Потеря здоровья у молодых девушек и юношей становится угрозой для здоровья нации, что не может не сказаться на демографическом потенциале страны. Вот почему охрана здоровья – важная государственная задача.

Родителей, педагогов тревожит проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения: распространение среди подростков вредных привычек, а «болезни поведения» стали проблемой современности. Важно, чтобы просвещение подростков было своевременным, поэтому необходимо вовремя сформировать положительное отношение к здоровому образу жизни, научить понимать ответственность за своё поведение и здоровье.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что программа направлена на расширение знаний по медицинской и биологической тематике и способствует осознанному выбору будущей профессии, сохранению и укреплению здоровья подрастающего поколения.

Цель: расширение знаний по биологии и медицине и использование этих знаний для оказания первой медицинской помощи.

Для достижения данной цели формируются следующие задачи:

Обучающие:

- **обучить** основам гигиенических знаний;
- **обучить** навыкам оказания первой медицинской помощи;
- **обучить** практическим умениям и навыкам в области санитарии и гигиены и первой помощи;

Развивающие:

- **развить** стремление обучающихся к здоровому образу жизни;
- **развить** умение наблюдать, анализировать;

- **развить** способность применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;

Воспитывающие:

- **воспитать** аккуратность;
- **воспитать** терпение, наблюдательность, умение доводить работу до конца;
- **воспитать** физически крепкое молодое поколение с гармоническим развитием физических и духовных качеств.

Организационно-педагогические основы обучения.

Содержание, структура программы соответствует возрастным особенностям подростков, т. к. в этот период перед обучающимися стоит много проблем, касающихся их здоровья. При этом учитываются интересы детей и знания по данному предмету.

Возраст детей участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы **13-16 лет.**

Сроки реализации образовательной программы – 1 год обучения.

- 1 год обучения – 1 час в неделю, 34 учебных часа в год;

Формы и режим занятий. Содержание программы ориентировано на **добровольные** одновозрастные группы детей.

Ведущей формой организации обучения является **групповая.**

Наряду с групповой формой работы, осуществляется индивидуализация процесса обучения и применение дифференцированного подхода к обучающимся, так как в связи с их индивидуальными способностями, результативность в усвоении учебного материала может быть различной.

Дифференцированный подход поддерживает мотивацию к предмету и способствует творческому росту обучающихся.

Ожидаемый результат и способы определения их результативности.

В процессе работы кружка учащиеся приобретают знания:

измерять артериальное давление, пульс.

делать перевязки, обрабатывать раны.

оказывать первую медицинскую помощь.

измерять вес, рост.

назначать лекарственные средства первой необходимости

По окончании обучающийся должен знать:

- понятия «санитария» и «гигиена» как профилактические области медицины;

- понятие «здоровый образ жизни»;
- способы сохранения здоровья;
- основы гигиенических знаний;

Обучающийся должен уметь:

- самостоятельно работать со справочной и научно-популярной литературой;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- наблюдать, анализировать;
- оказывать первую медицинскую помощь;

Способами определения результативности реализации данной программы являются организация и проведение тестирования, анкетирования, опросов.

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- зачет;
- защита исследовательских работ;

№	Тема занятий	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Введение. Медицинские науки. Гигиена и санитария.	1	1	-
2.	Организм как целостная система. Понятие о норме и патологии.	1	1	-
3.	Опорно-двигательная система. Осанка. Заболевания и методы их предупреждения.	1	1	1
4.	Переломы, их типы. Первая неотложная помощь при переломах.	1	1	1
5.	Иммунитет. Иммунология. Гомеостаз. Способы укрепления иммунитета. Закаливание.	1	1	-
6.	Раны. Типы кровотечений. Первая помощь при ранениях.	1	1	1
7.	Болезни и травмы органов дыхания. Первая помощь при остановке дыхания.	1	1	1
8.	Измерение давления. Пульс. Гипертония. Гипотония. Инфаркт. Инсульт.	2	1	1
9.	Способы искусственного дыхания, и непрямой массаж сердца.	1	1	1

10.	Основные пищевые вещества. Пищевая ценность продуктов. Витамины, их необходимость и многообразие. Совместимые и несовместимые продукты. Составление рациона. О важности здорового питания. Пищевые отравления и первая помощь при них.	3	2	1
11.	Зубы. Профилактика заболеваний полости рта. Заболевания.	1	1	-
12.	Кожа, правильный уход за ней. Болезни кожи и их предупреждение.	1	1	-
13.	Аллергия. Как с ней бороться. Первая помощь при ожогах.	1	1	-
14.	Предупреждение заболеваний органов слуха и зрения.	2	2	1
15.	Нервная система. Мышление. Память и способы её тренировок. Болезни нервной системы.	2	1	-
16.	Биологические часы. Режим сна и его варианты.	1	1	-
17.	Характер и акцентуации. Типы характера. Анкетирование. Типология личности.	2	1	1

18.	Интересы, склонности, способности. Анкетирование.	1	1	1
19.	Вредные привычки и их разрушающее влияние для организма человека	2	1	1
20.	О пользе спорта.	1	1	-
21.	Теории происхождения человека. Ведущая теории Дарвина.	2	2	-
22.	Призвание врач. Выдающиеся медицинские работники РФ.	1	1	-
23.	Итоговое занятие. Проекты	2	2	2
	Итого:	32	27	13

Содержание

Тема 1. Введение. Медицинские науки. Гигиена и санитария. 1 час.

Два направления медицины. Гигиена и санитария. Методы гигиены. Отрасли гигиены.

Тема 2. Организм как целостная система. Понятие о норме и патологии. 1 час

Взаимосвязь работы всех органов и систем органов. Гомеостаз. Показатели, указывающие на нарушение в работе тех или иных систем органов.

Тема 3. Опорно-двигательная система. Осанка. Заболевания и методы их предупреждения. 1 час

Анатомия и физиология о.п.д. системы. Упражнения для улучшения осанки.

Практическая работа № 1.

Определение гибкости позвоночника. Определение наличия искривления позвоночника.

Тема 4. Переломы, их типы. Первая неотложная помощь при переломах.

Практическая работа № 2. 1 час

Способы наложение шины

Тема 5. Иммуитет. Иммунология. Гомеостаз. Способы укрепления иммунитета. Закаливание. 1 час

Виды иммунитета. Условия возникновения инфекционного заболевания. Течение инфекционного заболевания. Периоды инфекционного заболевания. Профилактика инфекционных заболеваний

Тема 6. Раны. Типы кровотечений. Первая помощь при ранениях.1 час

Определение типа кровотечения. Доврачебная помощь при кровотечениях.

Практическая работа № 3.

Способы наложения жгута при артериальных кровотечениях.

Тема 7. Болезни и травмы органов дыхания. Первая помощь, реанимация.

1 час

Заболевания органов дыхания, причины приводящие к ним. Первая помощь и профилактика заболеваний. Меры, которые необходимо принять при остановке дыхания.

Практическая работа № 4

Первая помощь при остановке дыхания

Тема 8. Измерение давления. Пульс. Гипертония. Гипотония. Инфаркт. Инсульт.

Практика измерения давления и пульса. Как распознать инфаркт и инсульт, первые признаки. Первая помощь при инфаркте и инсульте. Первая помощь при гипертоническом кризе и стенокардии.

Практическая работа № 4.2 часа

Измерение давления при помощи тонометра. Измерение пульса.

Тема 9. Способы искусственного дыхания, и непрямой массаж сердца. 1 час.

Практическая работа № 5. Искусственное дыхание, непрямой массаж сердца

Тема 10. Основные пищевые вещества. Пищевая ценность продуктов. Витамины, их необходимость и многообразие. Совместимые и несовместимые продукты. Составление рациона. О важности здорового питания. Инфекционные и неинфекционные заболевания желудочно-кишечного тракта. Гельминтозы. Гигиеническая оценка питьевой воды.

Практическая работа № 6. Составление рациона питания. Пищевые отравления и первая помощь при них. 3 часа.

Тема 11. Зубы. Профилактика заболеваний полости рта. Заболевания. 1 час

Продукты, улучшающие состояние зубов. Правильный уход за зубами. Заболевания и последствия неправильного ухода. 1 час

Тема 12. Кожа, правильный уход за ней. Болезни кожи и их предупреждение.

Тема 13. Аллергия. Как с ней бороться. Первая помощь при ожогах. 1 час

Тема 14. Предупреждение заболеваний органов слуха и зрения. 2 часа

Практическая работа № 7. Гимнастика и упражнения для снятия усталости с глаз.

Тема 15. Нервная система. Мышление. Память и способы её тренировок.

Болезни нервной системы. 2 часа

Тема 16. Биологические часы. Режим сна и его варианты. 1 час

Тема 17. Характер и акцентуации. Типы характера. Анкетирование. Типология личности. 2 часа

Практическая работа №8. Анкетирование по типам характера опросник Айзенка.

Тема 18. Интересы, склонности, способности. Анкетирование. 1 час

Практическая работа № 9. Опросник профессиональных склонностей. 2 часа

Тема 19. Вредные привычки и их разрушающее влияние для организма человека.

Практическая работа № 10. Сбор модели демонстрирующей происходящее с лёгкими при дыхании и курении. 2 часа

Тема 20. О пользе спорта. 1 час

Положительное влияние на все системы органов. «Сидячий образ жизни», последствия.

Тема 21. Теории происхождения человека. Ведущая теория Дарвина. 2 часа

Тема 22. Призвание врачей. Выдающиеся медицинские работники РФ. 1 час

Тема 23. Итоговое занятие. Проекты. 2 часа

Методическое обеспечение образовательной программы

Принципы и этапы реализации программы:

Принцип развивающего и воспитывающего характера, направленного на всестороннее развитие личности и индивидуализации ребёнка;

Принцип систематичности и последовательности в овладении опытом деятельности, который придаст системный характер образовательной деятельности;

Принцип связи обучения с жизнью;

Принцип рационального сочетания коллективных и индивидуальных форм и способов учебной работы.

Принципы обучения:

Принцип сознательности, творческой активности и самостоятельности обучающихся при руководящей роли педагога;

Принцип доступности обучения;

Принцип прочности результатов обучения и развития познавательных сил воспитанников;

Принцип наглядности.

Формы и методы организации образовательного процесса:

Использование методов на занятиях:

- Методы практико-ориентированной деятельности (упражнения, тренинги);
- Словесные методы (объяснение, беседа, диалог, консультация);
- Метод наблюдения (визуально, зарисовки, рисунки);
- Наглядный метод: метод иллюстраций: показ плакатов, таблиц, картин, карт, зарисовок на доске.

Метод демонстраций: демонстрация опытов, компьютер и др.

Практические: упражнения, лабораторные и практические работы.

В процессе обучения различные методы и приёмы применяются в различных сочетаниях в зависимости от изучаемых тем. Методы и приёмы могут меняться местами.

Особая группа – это активные методы обучения: методы, при которых деятельность обучаемого носит продуктивный, творческий, поисковый характер.

Использование педагогом активных методов обучения предполагает:

- Глубоко продуманные учебные цели;
- Высокий уровень включённости обучающихся;
- Анализ и обсуждение приобретённого детьми опыта или полученной информации.

Литература для обучающихся

1. Антропова М.В. Гигиена детей и подростков. М.: Медицина. 1982.
2. Гостюшкин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. М.: Изд-во «Зеркало». 1994.
3. Ротенберг Р. Расти здоровым. Детская энциклопедия здоровья. М.: Физкультура и спорт, 1990. 567 с.

Литература для педагогов

1. Баиров Г.А. Травматология детского возраста. Л.: Медицина, 1976.
2. Немсадзе В.П., Амбернади Г.А. Детский травматизм. М.: советский спорт, 1999.
3. Сидоренко Г.И. Гигиена окружающей среды.
4. Энциклопедия «Народная медицина». Общие болезни. Т. 1,2. раздел 1 «Как вырастить ребёнка здоровым?». М.: АНС, 1993. 384 с.
5. Энциклопедия «Народная медицина». Т. 1 «Авитаминозы – простуда». М.: АНС. 1992. 400 с.