

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ярская средняя общеобразовательная школа №1»

РАССМОТРЕНО
на заседании
педагогического Совета
Протокол № 1 от
« 30 » 08 2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
С.А.Данилова *С.А. Данилова*
Приказ № 248 от
« 01 » 09 2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Основы медицинских знаний»

Направленность программы: социально-гуманитарная

Срок реализации: 1 год

Возраст детей: 15-17 лет

Составитель: Матвеева О. Н.,
учитель физической культуры
МБОУ «Ярская СОШ №1»

П. Яр, 2023-2024 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по дополнительному образованию составлена на основании нормативных документов:

- ✓ Уставом школы
- ✓ Положением о дополнительном образовании
- ✓ Положением о рабочей программе дополнительного образования

Данная программа имеет **социально-гуманитарную** направленность.

Программа «Основы медицинских знаний» является **одноурвневой, ознакомительной**.

Данная программа предусматривает проведение занятий в Центре образования естественно-научной и технологической направленности в МБОУ «Ярская СОШ №1»

Актуальность программы заключается в том, что проблема здоровья подростков имеет острую социальную значимость для обучения учащихся кадетских классов. Преподавание курса «Основы медицинских знаний» для учащихся кадетских классов как дополнительного образования обусловлено многими причинами. Ежегодные медицинские осмотры школьников свидетельствуют о том, что у многих из них есть комплекс заболеваний. Это и нарушение зрения, осанки, сколиоз, нервно-психические расстройства, отравления. Подростки рано начинают курить, употреблять спиртные напитки, наркотические средства, что приводит к серьезным последствиям. Для решения этих проблем важным является профилактическое направление в отношении здоровья населения и в первую очередь детей и подростков. Поэтому приоритетным направлением при обучении кадетов является формирование принципов здорового образа жизни. Кадеты, как будущие защитники нашей Родины должны иметь соответствующие знания и практические навыки по оказанию первой медицинской помощи человеку, находящемуся в чрезвычайной ситуации, уметь оказывать само и взаимопомощь при различных травмах и неотложных состояниях.

Новизна программы заключается в объединении медицинского, биологического, психологического и эмоционального подхода к изучению человека, постижения причинно-следственных связей в ведении образа жизни человеком и приобретенной заболеваемостью, использовании приемов визуализации, практических элементов и навыков оказания первой помощи, способствующих поддержанию неослабевающего интереса к человеку, как индивидууму. Обучающиеся смогут попробовать себя в роли фельдшера скорой помощи, медицинской сестры, конструктора, менеджера, участника ЧП. Дети приобретут практические умения и навыки оказания первой медицинской помощи в агрессивной среде мегаполиса, которые не используются при изучении других предметов. В процессе работы обучающиеся коллективно обсуждают идеи решения поставленной ситуационной задачи, далее осуществляют концептуальную проработку, отработку техники оказания первой помощи, оценку эффективности действий при помощи электронных тренажеров - манекенов. В процессе обучения производится акцент на обучение и совершенствование навыков оказания первой помощи пострадавшим, а также на навыки устной и письменной коммуникации и командной работы.

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

Объем программы, срок освоения

Срок реализации: 1 год. Общее количество часов: 34 из расчета 1 час в неделю.

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по субботам с 13.30-14.10, продолжительность урока – 40 минут.

Формы обучения: очная. При экстренных ситуациях (карантин, низкая температура, дни дистанционного обучения) с использованием дистанционных и электронных технологий

Цели и задачи программы:

Цель программы: Формирование у кадетов сознательного и ответственного отношения к сохранению и укреплению здоровья на основе принципов здорового образа жизни; Приобретение навыков распознавания неотложных состояний и умений оказывать первую доврачебную помощь.

Реализация цели предусматривает решение следующих задач: 1. Заинтересовать и направить учащихся на ведение здорового образа жизни, борьбу с вредными привычками.

2. Познакомить учеников со строением и основными функциями человеческого организма.

3. Познакомить учащихся с различными видами травм и неотложных состояний.

4. Научить приемам оказания первой доврачебной помощи при закрытых и открытых травмах.

5. Обучить методам оказания реанимационной помощи.

6. Сформировать тактику поведения в стрессовой ситуации, способствующую сохранению жизни и здоровья.

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 **15-17 лет.**

Сроки реализации образовательной программы – 1 год обучения.

· 1 год обучения – 1 час в недели, 34 учебных часов в год;

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

1 год обучения наполняемость – до 30 человек.

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.

Ожидаемые результаты.

В результате освоения программы достигаются следующие результаты:

предметные: • знать составляющие здорового образа жизни;

• распознавать неотложные состояния, требующие оказания первой помощи;

• оценивать особенности индивидуального здоровья, репродуктивного здоровья;

• уметь выявлять и фиксировать проблемные стороны существования человека в

• предметной среде;

• пройти стадии реализации своих идей и доведения их до действующего прототипа или макета;

метапредметные:

• уметь формулировать задачу на проектирование исходя из выявленной проблемы, разбивать ее на этапы выполнения;

- развить фантазию, внимание, воображение и мотивацию к учебной деятельности;
- уметь вести поиск, анализ, отбор информации, ее сохранение, передачу и презентацию с помощью технических средств информационных технологий;
- уметь проверять свои решения и улучшать результат проекта исходя из результатов тестирования;
- уметь работать в команде;

личностные:

- развить коммуникативные навыки: научить излагать мысли в четкой логической последовательности, отстаивать свою точку зрения, анализировать ситуацию и самостоятельно находить ответы на вопросы путем логических рассуждений;
- освоить навыки презентации;
- сформировать такие качества личности как: ответственность, исполнительность, ценностное отношение к творческой деятельности, аккуратность и трудолюбие.

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

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- зачет;
- защита исследовательских работ;
- участие в городских и районных конкурсах, фестивалях.

Учебный план

№	Название разделов, тем.	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	всего	
1.	Введение. Медицинские науки. Гигиена и санитария.	1	1	2	зачет
2.	История гигиены.	1	1	2	зачет
3.	Физическая активность и здоровье.	2	3	5	защита исследовательских работ участие в городских и районных конкурсах, фестивалях
4.	Предупреждение и лечение инфекционных заболеваний и аллергии.	2	1	3	зачет
5.	Профилактика травматизма.	2	2	4	зачет
6.	Профилактика заболеваний органов кровообращения, первая помощь при них.	1	4	5	зачет
7.	Гигиена дыхания.	1	2	3	зачет
8.	Гигиена питания.	1	2	3	зачет

9.	Гигиена кожи.	1	2	3	зачет
10.	Гигиена труда.	1	1	2	зачет
11.	Итоговое занятие.	1	1	2	защита исследовательских работ участие в городских и районных конкурсах, фестивалях
Итого:		14	20	34	

Содержание

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

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

Тема 2. История гигиены.

Возникновение и развитие санитарно-гигиенической культуры. Санитарно-гигиеническая наука Древней Греции и Древнего Рима. Санитарно-гигиеническая наука Древнего Востока, средневековья. Санитарно-гигиеническая культура России. Современное состояние науки.

Тема 3. Физическая активность и здоровье.

Гиподинамия, её последствия. Заболевания костно-мышечного аппарата. Роль физической активности в сохранении здоровья. Изменение опорно-двигательной системы при тренировках. Особенности физического воспитания человека на разных этапах его развития. Критические периоды в развитии человека.

Практическая работа.

Измерение мышечной активности с помощью ручного динамометра. Определение быстроты реакции человека. Определение гибкости позвоночника.

Тема 4. Предупреждение и лечение инфекционных заболеваний и аллергии.

Виды иммунитета. Условия возникновения инфекционного заболевания. Течение инфекционного заболевания. Периоды инфекционного заболевания. Профилактика инфекционных заболеваний. Аллергия как нарушение функций иммунной системы. Аллергены. Признаки инфекционных заболеваний. Доврачебная помощь. Уход за больными.

Практическая работа.

Определение температуры воды, в которой надо замачивать горчичники перед употреблением. Приготовление влажного согревающего компресса.

Тема 5. Травматизм и его профилактика.

Открытые повреждения: ссадины, потёртости, укусы, раны. Обработка открытых повреждений. Закрытые повреждения: ушибы, закрытые переломы, растяжения связок, вывихи. Оказание первой помощи при закрытых повреждениях. Организация травматологической помощи. Причины травм.

Практическая работа.

Приготовление раствора перманганата калия для обработки ран, дезинфекции, отмачивания бинтов. Использование трубчатого эластичного бинта для удержания повязок. Использование лейкопластыря и спиртового раствора йода при обработке ран.

Тема 6. Сердечнососудистая система. Профилактика заболеваний органов кровообращения, первая помощь при них.

Сердечнососудистая система показатель уровня физиологического состояния человека. Сердце тренированного и нетренированного человека. Определение уровня физиологического состояния человека методом регрессии. Возрастные изменения сердечнососудистой системы. Первая помощь при гипертоническом кризе и стенокардии.

Практическая работа.

Измерение скорости кровенаполнения капилляров ногтевого ложа. Влияние мышечной деятельности на скорость движения крови в венах большого круга. Измерение артериального давления.

Тема 7. Гигиена дыхания.

Профилактика нарушений функций органов дыхательной системы. Респираторные заболевания, их предупреждение и меры первой помощи. Функции дыхательных мышц и их тренировка. Гигиена воздуха. Необходимость охраны воздушной среды. Температура, влажность и химический состав воздуха в помещении. Гигиена голосового аппарата. Предупреждение повреждений голосового аппарата.

Практическая работа.

Санитарное обследование температуры воздуха в помещении. Определение коэффициента аэрации в помещении при его проветривании. Определение запылённости воздуха.

Тема 8. Гигиена питания.

Санитарно-гигиенические требования к хранению пищевых продуктов. Пищевые отравления. Меры профилактики и первой помощи при пищевых отравлениях. Инфекционные и неинфекционные заболевания желудочно-кишечного тракта. Гельминтозы. Режим питья. Гигиеническая оценка питьевой воды.

Практическая работа.

Определение пригодности воды для питья.

Тема 9. Гигиена кожи. 5 часов.

Профилактика кожных заболеваний. Отморожения. Гнойничковые поражения кожи. Угри. Грибковые заболевания. Чесотка. Уход за кожей, волосами и ногтями. Терморегуляция и её нарушения в организме. Гигиена одежды и обуви. Профилактика урологических, гинекологических венерических болезней.

Практические работы.

Изучение сальных и потовых желёз кожи, моющих свойств мыла. Определение типов кожи на разных участках лица.

Тема 10. Гигиена труда. 1 час.

Понятие работоспособности. Динамика работоспособности. Гигиена учебного труда и развитие личности.

Тема 11. Итоговое занятие. 1 час.

Оценочные материалы.

В качестве способов проверки результатов в процессе обучения применяются тестирование по изучаемым темам, конкурсы между обучающимися на скорость и качество решения поставленной задачи. Результаты практической деятельности обучающихся оцениваются педагогом. При оценке учитывается правильность, оптимальность, скорость решения задачи и уровень самостоятельности при решении задачи. Для каждой темы выделены измеряемые параметры. В соответствии с данными параметрами производится оценка знаний и умений обучающихся по указанным критериям.

№п/п	Основные темы	Параметры оценки знаний и умений			
1	Знания в области техники безопасности Знание правил внутреннего распорядка и техники безопасности при работе с техникой	Ребенок слабо формулирует правила ТБ при работе с техникой	Ребенок неуверенно формулирует правила ТБ при работе с техникой	Ребенок уверенно формулирует правила ТБ при работе с техникой, но не всегда знает, как их применить	Ребенок отлично знает правила ТБ при работе с техникой и самостоятельно их применяет
2	Теоретические знания в области основ медицины	Ребенок имеет недостаточное общее представление об основных медицинских терминах,	Ребенок недостаточно уверенно разбирается в основных медицинских терминах,	Ребенок разбирается в основных медицинских терминах, понятия изучаемых	Ребенок самостоятельно разбирается в основных медицинских терминах, понятия

		понятия изучаемых дисциплины, технику и алгоритмы выполнения ПМП	понятиях изучаемых дисциплин, типологии и с помощью педагога	дисциплин, алгоритмы выполнения ПМП с помощью педагога	изучаемых дисциплин, технику и алгоритмы выполнения ПМП
		Ребенок слабо ориентируется в неотложных состояниях пострадавших ,не может выбрать адекватные приемы первой помощи	Ребенок недостаточно уверенно ориентируется в неотложных состояниях пострадавших, может выбрать адекватные приемы ПП	Ребенок ориентируется в неотложных состояниях пострадавших, может выбрать адекватные приемы первой помощи	Ребенок самостоятельно ориентируется в неотложных состояниях, может выбрать адекватные приемы первой помощи
3	Практические навыки в области оказания первой медицинской помощи	Ребенок с трудом выполняет задания	Ребенок неуверенно выполняет задания педагога	Ребенок неуверенно самостоятельно выполняет задания	Ребенок уверенно самостоятельно выполняет задания
4	Личностные качества ребенка	Работу выполняет небрежно, не хочет исправлять ошибки	Работу выполняет не всегда аккуратно, неохотно исправляет ошибки	Работу выполняет охотно, но ошибки исправляет после вмешательства педагога	Работу выполняет охотно и тщательно, стремится самостоятельно исправлять ошибки

Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным «СанПин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» № 41 от 04.07.2014 (СанПин 2.4.43172 -14, пункт 8.3, приложение №3).

Начало занятий – 6 сентября 2023 г.

№	Наименование группы/Год обучения	Срок учебного года (продолжительность обучения, даты начала и окончания учебных периодов/этапов)	Количество занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)	Наименование дисциплин (модуля, раздела)	Всего акад. ч. в год	Количество во акад. ч. в неделю
1.	Основы медицинских знаний	С 6 сентября по 25 мая	1 занятие по 40 минут	1. Введение. Медицинские науки. Гигиена и санитария. 2.История гигиены. Возникновение и развитие санитарно		1

				3. Физическая активность и здоровье. 4. Предупреждение и лечение инфекционных заболеваний и аллергии. 5. Травматизм и его профилактика. 6. Сердечнососудистая система. Профилактика заболеваний органов кровообращения, первая помощь при них. 7. Гигиена дыхания. 8. Гигиена питания. 9. Гигиена кожи. 5 часов. 10. Гигиена труда. 1 час. 11. Итоговое занятие. 1 час.		
--	--	--	--	---	--	--

Условия реализации дополнительной образовательной программы

Теоретические занятия при реализации программы проходят в виде беседы, лекции, видео-урока. Практические занятия – тестирование, тренинги, дискуссии, решение психолого-педагогических задач. Материально-техническое обеспечение Для осуществления образовательного процесса по программе необходимы следующее оборудование: –АРМ педагога (компьютер, принтер, интерактивная доска, проектор); – акустические колонки – 1 комплект; – учебная доска –1 единица; – столы – 8 единиц; – стулья –16 единиц.

Программа воспитания

Цель: формирование у обучающихся духовно-нравственных ценностей, способности к осуществлению ответственного выбора собственной индивидуальной образовательной траектории, способности к успешной социализации в обществе.

Задачи:

- поддерживать традиции образовательной организации и инициативы по созданию новых в рамках уклада школьной жизни, реализовывать воспитательные возможности общешкольных ключевых дел;
- реализовывать воспитательный потенциал и возможности на занятиях, поддерживать использование интерактивных форм занятий с обучающимися на занятиях;
- организовывать профориентационную работу с обучающимися;
- развивать предметно-эстетическую среду школы и реализовывать ее воспитательные возможности, формирование позитивного уклада школьной жизни и положительного имиджа и престижа Школы;
- организовать работу с семьями обучающихся, их родителями или законными представителями, направленную на совместное решение проблем личностного развития обучающихся.

Личностные результаты:

Формирование любознательности, аккуратности, усидчивости, уважения и любви к труду.

Календарный план воспитательной работы

№	Месяц	Мероприятие	Место проведения
1	Октябрь	Брейн-ринг «У природы нет плохой погоды»	Территория школы
2	Декабрь	Чаепитие. Мк «Узоры на стекле»	Школа
3	Март	Литературная гостиная «О весне»	Школа
4	Май	Праздник «Краски лета»	Школа

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.

Список литературы

Литература для обучающихся

1. Антропова детей и подростков. М.: Медицина. 1982.
2. Гостюшкин экстремальных ситуаций. М.: Изд-во «Зеркало». 1994.
3. Растить здоровым. Детская энциклопедия здоровья. М.: Физкультура и спорт, 19с.

Литература для педагогов

1. Баиров детского возраста. Л.: Медицина, 1976.
2. , Амбернади травматизм. М.: советский спорт, 1999.
3. Сидоренко окружающей среды.
4. Энциклопедия «Народная медицина». Общие болезни. Т. 1,2. раздел 1 «Как вырастить ребёнка здоровым?». М.: АНС, 19с.
5. Энциклопедия «Народная медицина». Т. 1 «Авитаминозы – простуда». М.: АНС. 19с.