

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Администрация городского округа «Город Калининград»
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КАЛИНИНГРАДА
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 57

Принята на заседании

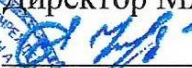
Методического (педагогического) совета

Протокол № 6

от «29» мая 2024 года

Утверждаю

Директор МАОУ СОШ № 57

 Е.О.Кремер

Приказ № 636-д от 10.06.2024



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
социально-гуманитарной направленности
«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»**

Возраст обучающихся: 11-16 лет

Срок реализации: 5 год

Автор-составитель:
Волкова Лада Вадимовна,
заместитель директора

г.Калининград, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Медицина – одна из главных составляющих жизни человека, которая отвечает, прежде всего, за его здоровье и долголетие. Именно поэтому общество предъявляет особые требования к медицинским работникам, уровню их знаний и компетенций.

По данным исследований Всероссийского центра изучения общественного мнения (ВЦИОМ) выпускники школ всё чаще планируют получать медицинское высшее образование.

Эту тенденцию учитывает дополнительная общеразвивающая программа "Основы медицинских знаний и здорового образа жизни", которая позволяет обучающимся определиться с выбором профессии и углубить знания, в том числе по биологии. Программа имеет ярко выраженную профориентационную направленность, способствуя развитию обоснованного интереса к профессиям, связанным с медициной.

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.

Обучающиеся 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.

Настоящая программа составлена на основе дополнительной образовательной программы «Ступени к медицине. Прикладная биология» разработанной региональным модельным центром дополнительного образования детей Калининградской области и программы Корнейчук М.А., педагога дополнительного образования ГОУ ДО ТО «ЦДОД»

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Ведущая идея программы — создание современной практико-ориентированной образовательной среды, позволяющей эффективно реализовывать деятельность обучающихся, направленную на раннюю профориентацию в сфере медицины и получать новые образовательные результаты.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

заболевание – расстройство здоровья человека, нарушение нормальной жизнедеятельности его организма, в том числе в результате травм, ранений, увечий, контузий, врожденных дефектов и неотложных состояний;

здоровье – состояние полного физического, духовного и социального благополучия человека, а не только отсутствие заболеваний;

здравоохранение – отрасль деятельности государства, целью которой являются организация и обеспечение доступного медицинского обслуживания населения;

лечение – комплекс медицинских услуг, направленных на устранение заболевания у пациента;

медицинская деятельность – деятельность по организации и оказанию медицинской помощи, обеспечению санитарно-эпидемического благополучия населения, проведению медицинской экспертизы, осуществляемая юридическими лицами и индивидуальными предпринимателями в порядке, установленном законодательством РФ;

медицинская помощь – комплекс медицинских услуг, направленных на сохранение, укрепление и восстановление здоровья пациента, включающий профилактику, диагностику, лечение, медицинскую реабилитацию и протезирование, осуществляемый медицинскими работниками;

медицинский работник – физическое лицо, имеющее высшее или среднее специальное медицинское образование, подтвержденное документом об образовании, и в установленном законодательством РФ порядке занимающееся деятельностью, связанной с организацией и оказанием медицинской помощи, обеспечением санитарно-эпидемического благополучия населения, проведением медицинской экспертизы;

медицинская услуга – медицинское вмешательство либо комплекс медицинских вмешательств, а также иные действия, выполняемые при оказании медицинской помощи;

медицинская этика и деонтология – совокупность принципов, норм и правил поведения медицинских (фармацевтических) работников при выполнении ими своих обязанностей;

медицинское вмешательство – любое воздействие и (или) иная манипуляция, выполняемые медицинским работником при оказании медицинской помощи;

организация здравоохранения – юридическое лицо, основной целью деятельности которого является осуществление медицинской и (или) фармацевтической деятельности;

пациент – физическое лицо, обратившееся за медицинской помощью, находящееся под медицинским наблюдением либо получающее медицинскую помощь;

протезирование – комплекс медицинских услуг, направленных на восстановление функций или эстетического вида органа (части тела) пациента с использованием искусственных или биологических материалов;

профилактика – основанный на личной заинтересованности пациента комплекс медицинских услуг, направленных на снижение вероятности возникновения заболеваний;

Направленность программы: социально-гуманитарная.

Уровень освоения программы: базовый.

Актуальность образовательной программы

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.

Обучающиеся 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.

Педагогическая целесообразность образовательной программы

Программа «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» ориентирована на создание условий для раскрытия личности учащихся.

Методологической основой для разработки программы является системно-деятельностный подход, предполагающий использование современных педагогических и информационно-коммуникационных технологий, направленных на реализацию учебного содержания курса, формирование универсальных учебных действий, адекватную само- и взаимо- оценку результатов образовательной и социально значимой деятельности в области медицины.

Программа составлена таким образом, чтобы обучающиеся могли приобрести навыки деятельности, связанной с медицинскими профессиями. Полученные знания будут способствовать дальнейшему профессиональному самоопределению обучающегося.

В процессе прохождения программы обучающиеся получают дополнительные знания в области биологии, сформируют новые компетенции, что позволит обеспечить динамическое развитие личности обучающегося, его нравственное становление, сформировать целостное восприятие мира, развивать интеллектуальные и творческие способности.

Практическая значимость образовательной программы

Прохождение программы способствует углублению знаний обучающихся по биологии, позволит сформировать образовательный потенциал, научное мировоззрение, познакомит с методами научного познания окружающего мира.

По окончании освоения программы обучающиеся получают навыки учебно-исследовательской и познавательной деятельности, будут готовы к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания, научатся выбирать успешные стратегии в различных ситуациях.

Принципы отбора содержания образовательной программы

Принципы отбора содержания (образовательный процесс построен с учетом уникальности и неповторимости каждого ребенка и направлен на максимальное развитие его способностей):

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Отличительные особенности программы

Отличительная особенность программы «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» состоит в том, что для лучшей адаптации старших школьников к некоторым аспектам студенческой жизни, данной программой предусмотрены новые методики преподавания, в том числе, новые педагогические технологии в проведении занятий (технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология исследовательской деятельности, технология проектной деятельности). Так же вводится такая форма занятий как лекция. Программа предполагает активное использование электронных образовательных ресурсов.

Цель образовательной программы

Цель дополнительной образовательной программы «Основы медицинских знаний»: формирование у обучающихся 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;

Задачи образовательной программы

Образовательные:

- расширить и углубить знания об основных понятиях биологии;
- сформировать культуру работы с научной литературой;
- заложить основы учебно-исследовательской деятельности;
- освоить универсальные способы естественнонаучной деятельности: наблюдение, измерение, эксперимент, учебное исследование.

Развивающие:

- развить логическое и критическое мышление;
- развить способности к мысленному эксперименту;
- развить качества, необходимые в профессиях медицинского профиля.

Воспитательные

– сформировать готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни, сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

- сформировать ответственность за достоверность полученных знаний, за качество выполненного проекта;
- сформировать навыки сотрудничества в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской и других видах деятельности;
- сформировать нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей 5-9 классов (11-16 лет)

Набор на программу свободный.

Особенности организации образовательного процесса

Программа реализуется для обучающихся МАОУ СОШ № 57

Программа предусматривает групповые, фронтальные и индивидуальные формы работы с обучающимися. Состав групп: 13-18 человек.

Формы обучения по образовательной программе

Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов – 360 часов. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа (72 часа в год). Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Объем и срок освоения образовательной программы

Срок освоения программы – 5 лет.

На полное освоение программы требуется 360 часов.

Основные методы обучения

Методы преподавания данного курса определяются целями и задачами, направленными на формирование способностей обучающихся и основных компетентностей в предмете.

Методы, в основе которых располагается уровень деятельности учащихся:

- исследовательский – самостоятельная творческая работа обучающихся;
- репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- объяснительно-иллюстративный – обучающиеся воспринимают и усваивают готовую информацию;
- частично-поисковый – участие обучающихся в коллективном поиске, решении поставленной задачи совместно с педагогом.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.);
- практический (выполнение работ по инструкциям, схемам и др.);
- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.).

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях:

- проблемного изложения, исследовательский (для развития самостоятельности мышления, творческого подхода к выполняемой работе, исследовательских умений);
- объяснительно-иллюстративный (для формирования знаний и образа действий);
- репродуктивный (для формирования умений, навыков и способов деятельности);
- словесный - рассказ, объяснение, беседа, лекция (для формирования сознания).
- стимулирования (соревнования, выставки, поощрения).

Планируемые результаты

образовательные:

- расширены и углублены знания об основных понятиях биологии;
- сформирована культура работы с научной литературой;
- заложены основы учебно-исследовательской деятельности;
- освоены универсальные способы естественнонаучной деятельности:

наблюдение, измерение, эксперимент, учебное исследование.

развивающие:

- развито логическое и критическое мышление;
- развиты способности к мысленному эксперименту;
- развиты качества, необходимые в профессиях медицинского профиля.

воспитательные:

–сформированы готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни, сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

–сформирована ответственность за достоверность полученных знаний, за качество выполненного проекта;

–сформированы навыки сотрудничества в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской и других видах деятельности;

–сформированы нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей.

Механизм оценивания образовательных результатов.

Результативность освоения программы определяется степенью достижения поставленной цели и задач. В процессе реализации программы дополнительного образования «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» применяются универсальные способы отслеживания результатов: наблюдение, опрос, тестирование, результаты выполнения заданий и пр. В программе используются 3 формы фиксации и отслеживания образовательных результатов.

1. Входной (первичный) контроль. Представляет собой первичный опрос участников программы на предмет определения уровня необходимых знаний и умений в области биологии.

2. Промежуточный контроль. Проводится в середине учебного цикла. Необходим для определения уровня заинтересованности участников программы, а также возможной корректировки учебно-тематического плана.

3. **Итоговый контроль.** Проводится после завершения программных мероприятий с целью оценки результативности образовательной деятельности.

Образовательные результаты по программе оцениваются по следующим уровням:

1. Уровень теоретических знаний.

– Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.

– Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.

– Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

2. Уровень практических навыков и умений.

– Низкий уровень. Требуется помощь педагога при выполнении практических работ.

– Средний уровень. Требуется периодическое напоминание о том, как выполнять практические работы.

– Высокий уровень. Самостоятельное выполнение практических работ.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы

Формой подведения итогов реализации образовательной программы является защита проекта.

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы

Качество реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы обеспечивается за счет:

- соответствия программы возрастным особенностям обучающихся;
- доступности, открытости, привлекательности содержания программы для детей и их родителей(законных представителей);
- наличия комфортной развивающей образовательной среды;
- наличия качественного состава педагогических работников, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного материала.

Материально-технические условия (обеспечение).

Кабинет, соответствующий требованиям санитарным нормам СанПин.

Материалы и оборудование:

1. Скелет человека
2. Торс человека
3. Тренажер по реанимации «Максим»
4. Муляжи и накладки по травмам
5. Видеофильмы
6. Мультимедийная система для демонстрации отдельных тем занятий
7. Медицинские средства для оказания первой доврачебной помощи: носилки, перевязочный материал, шины, жгуты, антисептики
8. Плакаты и таблицы по первой медицинской помощи

9. Фонендоскопы, тонометры, секундомер

10. Предметы ухода за больным

Кадровые

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю объединения, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Для обеспечения наглядности и доступности изучаемого материала педагог использует различные методические и дидактические материалы.

Методические материалы

- видеоуроки;
- электронные учебники;
- информационные материалы на сайтах, посвященных данной образовательной программе;
- учебные таблицы;
- наглядные анатомические пособия;
- справочные коллекции по выбранным направлениям.

Дидактические материалы:

- карточки, раздаточный материал, тесты, вопросы задания для устного опроса, практические и творческие задания;

Тематическое планирование 5 класс ГИГИЕНА — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ

№ п/п	Название разделов, тем	Кол-во часов		
		всего	теория	практика
	Введение			
	Валеология — наука о здоровом образе жизни. Сущность понятий «здоровье», «здоровый образ жизни», «болезнь». Гигиена как наука.	1	1	
	1. Пищеварение	14	13	1
1.1	Система органов пищеварения, ее строение и функции. Значение правильного питания.		1	

1.2	Уход за зубами. Причина кариеса. Профилактика кариеса. Значение регулярных осмотров у зубного врача и выполнение его рекомендаций.		1	
1.3	Практическое занятие. Подбор зубной щетки, выбор зубной пасты, правила чистки зубов.			1
1.4	Понятие о рациональном питании. Режим питания. Гигиена питания.		3	
1.5	Желудочно-кишечные болезни, их причины. Меры предупреждения «болезней грязных рук». Вред самолечения при острых кишечных заболеваниях.		5	
1.6	Глистные заболевания. Профилактика и лечение гельминтозов. Признаки гельминтозов у детей.		3	
	2. Кожа	8	8	
2.1	Кожа, ее строение, понятие о функциях кожи.		1	

2.2	Уход за кожей тела, лица, рук.		1	
2.3	Причины и профилактика гнойничковых заболеваний кожи.		1	
2.4	Уход за волосами, основные моющие средства для волос, их правильный выбор. Профилактика и лечение жирной себореи волос.		1	

2.5	Уход за ногтями. Профилактика грибковых заболеваний кожи, ногтей.		1	
2.6	Чесотка, ее причины. Способы передачи чесотки, ее профилактика и лечение.		1	
2.7	Кожные паразиты. Педикулез, его профилактика. Блохи и вши как переносчики возбудителей инфекционных заболеваний, борьба с ними.		1	
2.8	Болезни, которыми можно заразиться от животных. Гигиенические правила обращения с животными (хомяками, крысами, кошками, со баками).		1	
	3. Дыхание	5	5	
3.1	Понятие о строении и функциях органов дыхания.	1	1	
3.2	Состав воздуха, роль состава воздуха в поддержании здоровья человека. Правильное дыхание — носовое дыхание.	1	1	
3.3	Гигиена дыхания. Роль вентиляции, проветривания и нормальной влажности в классах и жилых помещениях.	1	1	
3.4	Болезни органов дыхания, пути передачи и профилактика гриппа, туберкулеза и др. Поведение во время эпидемии гриппа, правильное поведение больных и тех, кто ухаживает за больными.	1	1	

3.5	Курение. Болезни. Состав табачного дыма, его влияние на здоровье курильщиков и окружающих.	1	1	
	4. Органы чувств. Осанка.	14	11	3
4.1	Органы чувств, их значение для человека. Понятие о строении глаза. Гигиена зрения. Причины близорукости, ее профилактика.	1	1	
4.2	Понятие о строении уха. Гигиена слуха. Вредные влияния шума на здоровье.	1	1	
4.3	Факторы нарушения осанки. Профилактика искривления позвоночника и плоскостопия. Правильная рабочая поза — залог красоты и здоровья.	1	1	
4.4	Гигиена труда и отдыха	1	1	
4.5	Режим для школьника. Каким он должен быть?	1	1	
4.6	Практическое занятие. Составление примерного режима для школьников, посещавших занятия в 1 смену.	1		1
4.7	Гигиена умственного труда. Значение чередования различных видов деятельности. Значение отдыха, физических упражнений, физкультминуток.	1	1	
4.8	Как лучше готовить уроки. Приемы повышения продуктивности работы и уменьшения утомляемости.	1	1	
4.9	Как укрепить память. Приемы запоминания. Роль опор и повторения.	1	1	

	Значение физических нагрузок для укрепления здоровья. Пагубные последствия гиподинамии.	2	1	1
4.10	Утренняя зарядка и физкультура, их значение для укрепления здоровья, для получения положительных эмоций и приобретения необходимых моральных качеств.	1		1
4.11	Сон, его значение для сохранения здоровья. Гигиена сна.	1	1	
4.12	Отдых, его значение в поддержании здоровья и высокой работоспособности. Роль активного отдыха для учащихся . Летние каникулы — лучшее время для оздоровления.	1	1	
	5. Окружающая среда и её влияние на организм человека. Гигиена окружающей среды	10	10	
5.1	Гигиеническая характеристика окружающей среды. Факторы среды, оказывающие влияние на здоровье человека. Акклиматизация. Биологическое действие инфракрасного излучения, видимого света, ультрафиолетового излучения. Исследование и санитарная оценка радиоволнового инфракрасного и ультрафиолетового излучений. Понятия «средовые болезни» и причины их возникновения, «этиологический фактор заболевания». Гигиена воздушной среды и здоровье человека. Гигиена водной среды и водоснабжения населенных пунктов. Гигиена почвы. Основы рационального природопользования. Гигиеническое		10	

	исследование комплексного действия на организм человека элементов метеорологического фактора. Гигиеническое исследование реакции организма на воздействие температуры. Исследование и санитарная оценка магнитных и электрических полей. Методика исследования реакции организма на воздействие статического электрического поля.			
	6. Основные показатели физического развития. Группы здоровья	10	10	
6.1	Антропометрия. Оценка физического развития. Определение состояния осанки скрининговым методом. Оценка формы стопы методом плантографии. Индекс массы тела, его определение и интерпретация. Биологический возраст, методы его определения. Функциональные пробы сердечнососудистой системы. Группы здоровья. Диспансеризация		10	
	7. Профилактика неинфекционных заболеваний	10	10	
7.1	Неинфекционные заболевания: определение понятия, общая характеристика. Основные неинфекционные заболевания. Факторы риска развития неинфекционных заболеваний. Здоровый образ жизни, его составляющие. Физическая активность, её влияние на здоровье человека. Закаливание, его виды и основные принципы. Режим труда и отдыха.		10	
	8. Профилактика инфекционных заболеваний	8	8	
8.1	Эпидемический процесс и его звенья. Противоэпидемические мероприятия, направленные на каждое звено эпидемического процесса. Иммунопрофилактика. Виды вакцин. Национальный календарь профилактических прививок.		8	

	Календарь профилактических прививок по эпидемическим показаниям.			
	Итого	72	68	4

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

5 класс

Введение

Валеология — наука о здоровом образе жизни. Сущность понятий «здоровье», «здоровый образ жизни», «болезнь». Гигиена как наука.

1. Пищеварение.

Система органов пищеварения, ее строение и функции. Значение правильного питания.

Уход за зубами. Причина кариеса. Профилактика кариеса. Значение регулярных осмотров у зубного врача и выполнение его рекомендаций. Практическое занятие. Подбор зубной щетки, выбор зубной пасты, правила чистки зубов.

Понятие о рациональном питании. Режим питания. Гигиена питания.

Желудочно-кишечные болезни, их причины. Меры предупреждения «болезней грязных рук». Вред самолечения при острых кишечных заболеваниях. Глистные заболевания. Профилактика и лечение гельминтозов. Признаки гельминтозов у детей.

2. Кожа

Кожа, ее строение, понятие о функциях кожи. Уход за кожей тела, лица, рук. Причины и профилактика гнойничковых заболеваний кожи. Уход за волосами, основные моющие средства для волос, их правильный выбор.

Профилактика и лечение жирной себореи волос. Уход за ногтями.

Профилактика грибковых заболеваний кожи, ногтей. Чесотка, ее причины.

Способы передачи чесотки, ее профилактика и лечение. Кожные паразиты. Педикулез, его профилактика. Блохи и вши как переносчики возбудителей инфекционных заболеваний, борьба с ними. Болезни, которыми можно заразиться от животных. Гигиенические правила обращения с животными (хомяками, крысами, кошками, со баками).

3. Дыхание

Понятие о строении и функциях органов дыхания. Состав воздуха, роль состава воздуха в поддержании здоровья человека. Правильное дыхание — носовое дыхание.

Гигиена дыхания. Роль вентиляции, проветривания и нормальной влажности в классах и жилых помещениях. Болезни органов дыхания, пути передачи и профилактика гриппа, туберкулеза и др. Поведение во время эпидемии гриппа,

правильное поведение больных и тех, кто ухаживает за больными. Курение. Болезни. Состав табачного дыма, его влияние на здоровье курильщиков и окружающих.

4. Органы чувств. Осанка.

Органы чувств, их значение для человека. Понятие о строении глаза. Гигиена зрения. Причины близорукости, ее профилактика. Понятие о строении уха. Гигиена слуха. Вредные влияния шума на здоровье. Факторы нарушения осанки. Профилактика искривления позвоночника и плоскостопия. Правильная рабочая поза — залог красоты и здоровья.

5. Гигиена труда и отдыха

Режим для школьника. Каким он должен быть? Практическое занятие. Составление примерного режима для школьников, посещавших занятия в 1 смену. Гигиена умственного труда. Значение чередования различных видов деятельности. Значение отдыха, физических упражнений, физкультминуток. Как лучше готовить уроки. Приемы повышения продуктивности работы и уменьшения утомляемости. Как укрепить память. Приемы запоминания. Роль опор и повторения. Значение физических нагрузок для укрепления здоровья. Пагубные последствия гиподинамии. Утренняя зарядка и физкультура, их значение для укрепления здоровья, для получения положительных эмоций и приобретения необходимых моральных качеств. Сон, его значение для сохранения здоровья. Гигиена сна. Отдых, его значение в поддержании здоровья и высокой работоспособности. Роль активного отдыха для учащихся. Летние каникулы — лучшее время для оздоровления.

Тематическое планирование 6 класс ЗДОРОВЬЕ И ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА

№ п/п	Название разделов, тем	Кол-во часов		
		всего	теория	практика
	1. Окружающая среда	2	2	

1.1	Единство человека и природы. Зависимость здоровья от окружающей среды и умение человека противостоять вредным экологическим факторам.	1	1	
1.2	Экологическая ситуация в Калининградской области.	1	1	

	2. Основы безопасности в быту и на природе	32	24	8
2.1	Факторы опасности в быту, в собственном жилище. Огонь — фактор повышения опасности. Термические ожоги, оказание первой помощи пострадавшим.	1	1	
2.2	Химические ожоги, первая помощь при ожогах кислотой, желчью, негашеной известью.	1	1	
2.3	Отравления газом, первая помощь пострадавшим. Предупреждение утечки газа и отравления им.	2	1	1
2.4	Как избежать пищевых отравлений. При знаки пищевого отравления, первая помощь по страдавшим. Вред самолечения.	1	1	
2.5	Ядовитые грибы, их отличительные особенности. Отравления грибами, их признаки и по следствия несвоевременного обращения к врачу.	1	1	
2.6	Ядовитые растения области, их отличительные особенности. Оказание первой помощи при отравлениях ядовитыми растениями.	1	1	
2.7	Опасность подстерегает во дворе, на улице при неправильном поведении. Ссадины, порезы, раны и их опасность. Дезинфекция ран.	2	1	1

2.8	Вывихи, переломы, растяжения, их симптомы. Первая помощь пострадавшим. Демонстрация наложения шины фиксирующей повязкой.	3	1	2
2.9	Травмы головы. Сотрясение головного мозга, признаки сотрясения и его последствия.	1	1	
2.10	Кровотечения. Виды кровотечений, способы их остановки. Демонстрация наложения давящей повязки, закрутки, жгута.	3	1	2
2.11	Неожиданная опасность на прогулках, экскурсиях, на отдыхе. Ядовитые насекомые, их опасность. Что делать при укусах мошек, в случае, когда ужалит пчела, оса, шмель, шершень.	1	1	
2.12	Клещи — опасные переносчики энцефалита. Что делать, если присосался клещ, как одеваться и вести себя, чтобы этого не случилось.	1	1	
2.13	Комары. Вред, который они приносят людям и животным. Малярийный комар — переносчик малярии, борьба с комарами.	1	1	
2.14	Комнатные мухи — опасные переносчики возбудителей инфекционных заболеваний и яиц глистов.	1	1	

2.15	Домашние животные, правила общения с ними. Болезни, которые передаются от животных человеку или переносятся животными. Что делать, если поцарапала кошка, укусила собака. Необходимость прививок от бешенства.	1	1	
2.16	Солнце, воздух и вода — жизненно необходимые экологические факторы. Последствия их неумелого использования: солнечные ожоги, солнечные и тепловые удары, отморожения. Первая помощь пострадавшим.	1	1	
2.17	Последствия переохлаждения. Простудные заболевания. Профилактика простудных заболеваний.	1	1	
2.18	Несчастные случаи на воде. Помощь утопающим. Понятия о реанимации; искусственное дыхание, непрямой массаж сердца.	3	1	2
2.19	Природные катаклизмы. Как вести себя в экстремальной ситуации, как помочь себе и пострадавшим.	1	1	
2.20	Стрессы, их причины, характеристика, влияние на организм. Методы противострессовой помощи.	1	1	
2.21	Причины развития стойких неврозов и их профилактика.	1	1	

2.22	Закаливание, факторы закаливания. Правила закаливания. Основные правила приема воздушных и солнечных ванн для закаливания организма.	1	1	
2.23	Хождение босиком — древнейший способ закаливания. Основные методы закаливания водой.	1	1	
2.24	Растения и здоровье. О пользе комнатных растений. Опасные соседи (о ядовитых и колючих комнатных растениях).	1	1	
	Здоровый и экологически безопасный образ жизни (7 часов)	7		
7.1	Загрязнение окружающей среды. Доказывать природный и антропогенный характер загрязнения окружающей среды.		8	
7.2	Механизмы воздействия загрязнителей на генетическое, биохимическое, физиологическое и психическое здоровье человека		8	
	Природные и антропогенные причины загрязнения окружающей среды.		8	
	Чрезвычайная экологическая ситуация		2	

	Экологически безопасное поведение		2	
	Способы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных экологических ситуациях.		6	
	Актуальные направления повышения ресурсов своего здоровья		4	
	Итого	72	64	8

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

6 класс

1. Окружающая среда

Единство человека и природы. Зависимость здоровья от окружающей среды и умение человека противостоять вредным экологическим факторам.

Экологическая ситуация.

2. Основы безопасности в быту и на природе

Факторы опасности в быту, в собственном жилище. Огонь — фактор повышения опасности. Термические ожоги, оказание первой помощи пострадавшим. Химические ожоги, первая помощь при ожогах кислотой, желчью, негашеной известью. Отравления газом, первая помощь пострадавшим. Предупреждение утечки газа и отравления им.

Как избежать пищевых отравлений. При знаки пищевого отравления, первая помощь по страдавшим. Вред самолечения. Ядовитые грибы, их отличительные особенности. Отравления грибами, их признаки и по следствия несвоевременного обращения к врачу.

Ядовитые растения, их отличительные особенности. Оказание первой помощи при отравлениях ядовитыми растениями. Опасность подстерегает во дворе, на улице при неправильном поведении. Ссадины, порезы, раны и их опасность. Дезинфекция ран. Вывихи, переломы, растяжения, их симптомы. Первая помощь пострадавшим. Демонстрация наложения шины фиксирующей

повязкой. Травмы головы. Сотрясение головного мозга, признаки сотрясения и его последствия. Кровотечения. Виды кровотечений, способы их остановки. Демонстрация наложения давящей повязки, закрутки, жгута. Неожиданная опасность на прогулках, экскурсиях, на отдыхе. Ядовитые насекомые, их опасность. Что делать при укусах мошек, в случае, когда ужалила пчела, оса, шмель, шершень. Клещи — опасные переносчики энцефалита. Что делать, если присосался клещ, как одеваться и вести себя, чтобы этого не случилось. Комары. Вред, который они приносят людям и животным. Малярийный комар — переносчик малярии, борьба с комарами. Комнатные мухи — опасные переносчики возбудителей инфекционных заболеваний и яиц глистов. Домашние животные, правила общения с ними. Болезни, которые передаются от животных человеку или переносятся животными. Что делать, если поцарапала кошка, укусила собака. Необходимость прививок от бешенства. Солнце, воздух и вода — жизненно необходимые экологические факторы. Последствия их неумелого использования: солнечные ожоги, солнечные и тепловые удары, отморожения. Первая помощь пострадавшим.

Последствия переохлаждения. Простудные заболевания. Профилактика простудных заболеваний.

Несчастные случаи на воде. Помощь утопающим. Понятия о реанимации; искусственное дыхание, непрямой массаж сердца.

Природные катаклизмы. Как вести себя в экстремальной ситуации, как помочь себе и пострадавшим. Стрессы, их причины, характеристика, влияние на организм. Методы противострессовой помощи. Причины развития стойких неврозов и их профилактика.

Закаливание, факторы закаливания. Правила закаливания. Основные правила приема воздушных и солнечных ванн для закаливания организма.

Хождение босиком — древнейший способ закаливания. Основные методы закаливания водой. Растения и здоровье. О пользе комнатных растений. Опасные соседи (о ядовитых и колю чих комнатных растениях).

**Тематическое планирование 7 класс
ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК**

№ п/п	Название разделов, тем	Кол-во часов		
		всего	теория	практика

	Введение. Полезные и вредные привычки.	1	1	
	1. Влияние наркотических средств на организм человека	8	8	
1.1	Понятие о наркотических веществах. Свойства наркотических веществ.	1	1	
1.2	Краткий обзор наркотиков. Влияние наркотиков на организм.	1	1	
1.3	Первые признаки употребления наркотиков у подростков.	1	1	
1.4	Факторы высокой скрытности наркоманов.	1	1	
1.5	Особенности психики и поведения наркоманов.	1	1	

1.6	Общедоступные «лекарства» от наркотической зависимости.	1	1	
1.7	Наркотики и закон.	1	1	
1.8	Токсикомания и здоровье. Отдаленные последствия токсикомании.	1	1	
	2. Влияние никотина на организм человека	11	11	
2.1	Табак завоевывает мир. История табакокурения.	1	1	
2.2	Почему люди курят. Причины приобщения подростков к табакокурению.	1	1	
2.3	Химический состав табака, табачного дыма. Никотин — наркотическое вещество.	1	1	

2.4	Общее действие табачного дыма на организм, на здоровье.	1	1	
2.5	Влияние курения на нервную систему. Механизм появления никотиновой зависимости.	1	1	
2.6	Курение и болезни органов дыхания. Рак неизбежное последствие длительного курения.	1	1	
2.7	Влияние курения на сердечнососудистую систему, на органы пищеварения.	2	2	
2.8	Вред курения для красоты и здоровья девушек, женщин. Влияние на потомство.	1	1	
2.9	Общественный вред курения. Опасность, которая подстерегает потенциальных курильщиков, окружающих настоящих курильщиков.	1	1	
2.10	Курить можно бросить! Курить надо бросить!	1	1	
	3.Влияние алкоголя на организм человека	14	14	
3.1	Алкоголь — наркотическое вещество. Древние истоки пьянства.	1	1	
3.2	Что люди пьют. Этиловый спирт — основа всех алкогольных напитков, его свойства.	1	1	
3.3	Общетоксическое действие алкоголя на организм.	1	1	
3.4	Влияние алкоголя на половую функцию и потомство. опыты над животными.	2	2	

3.5	Алкоголиками становятся незаметно. Стадии алкоголизма.	1	1	
3.6	Алкоголизм и психические болезни. Белая горячка — следствие алкоголизма.	2	2	
3.7	Алкоголизм и семья.	1	1	
3.8	Алкоголизм и общество.	1	1	
3.9	Экскурсия в наркологическое отделение психиатрической больницы.	4	4	
	4. Здоровье окружающей среды и здоровье человека	3	3	
4.1	Химическое загрязнение среды. Использовать банк идей здорового образа жизни в условиях экологической ситуации	4	4	
4.2	Биологические загрязнения и болезни человека	5	5	
4.3	Влияние звуков на человека	2	2	
4.4	Физические факторы среды и самочувствие человека	2	2	
4.5	Питание и здоровье человека	5	5	
4.6	Адаптация. Акклиматизация.	2	2	
	5. Профилактика инфекционных заболеваний	15	15	

5.1	Эпидемический процесс и его звенья. Противоэпидемические мероприятия, направленные на каждое звено эпидемического процесса. Иммунопрофилактика. Виды вакцин. Национальный календарь профилактических прививок. Календарь профилактических прививок по эпидемическим показаниям.		15	
	Итого	72	72	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

3 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

7 класс

Введение. Полезные и вредные привычки.

1. Влияние наркотических средств на организм человека

Понятие о наркотических веществах. Свойства наркотических веществ. Краткий обзор наркотиков. Влияние наркотиков на организм. Первые признаки употребления наркотиков у подростков. Факторы высокой скрытности наркоманов. Особенности психики и поведения наркоманов. Общедоступные «лекарства» от наркотической зависимости. Наркотики и закон. Токсикомания и здоровье. Отдаленные последствия токсикомании.

2. Влияние никотина на организм человека

Табак завоевывает мир. История табакокурения. Почему люди курят. Причины приобщения подростков к табакокурению. Химический состав табака, табачного дыма. Никотин — наркотическое вещество. Общее действие табачного дыма на организм, на здоровье. Влияние курения на нервную систему. Механизм появления никотиновой зависимости. Курение и болезни органов дыхания. Рак неизбежное последствие длительного курения. Влияние курения на сердечнососудистую систему, на органы пищеварения. Вред курения для красоты и здоровья девушек, женщин. Влияние на потомство. Общественный вред курения. Опасность, которая подстерегает потенциальных курильщиков, окружающих настоящих курильщиков. Курить можно бросить! Курить надо бросить!

3. Влияние алкоголя на организм человека

Алкоголь — наркотическое вещество. Древние истоки пьянства. Что люди пьют. Этиловый спирт — основа всех алкогольных напитков, его свойства. Общетоксическое действие алкоголя на организм. Влияние алкоголя на половую

функцию и потомство. Опыты над животными. Алкоголиками становятся незаметно. Стадии алкоголизма.

Алкоголизм и психические болезни. Белая горячка — следствие алкоголизма.

Алкоголизм и семья. Алкоголизм и общество. Экскурсия в наркологическое отделение психиатрической больницы.

Тематическое планирование 8 класс АНАТОМИЯ ЧЕЛОВЕКА

№ п/п	Название разделов, тем	Кол-во часов		
		всего	теория	практика
1	Строение и функции организма человека	19	16	3
1.1	Костно-мышечный скелет человека.	5	5	

1.2	Дыхательная система и ее функции. Сердечно-сосудистая система и ее функции.	5	4	1
1.3	Пищеварительная система и ее функции. Мочеполовая система и ее функции.	2	1	1
1.4	Эндокринная система и ее функции.	1	1	
1.5	Центральная нервная система. Органы чувств и их назначение.	3	2	1
1.6	Основы здорового образа жизни.	3	3	
2	Понятие о здоровье и болезни. Факторы риска для здоровья.	19	19	
2.1	Занятия физкультурой, спортом, закаливание.	1	1	

2.2	Инфекционные болезни и их профилактика.	10	10	
2.3	Вредные привычки и борьба с ними.	7	7	
2.4	Половое воспитание	1	1	
3	Первая медицинская помощь	21	9	12
3.1	Понятие о первой помощи. Средства оказания первой помощи	2	1	1
3.2	Понятие о травме. Закрытые, открытые травмы. Раны и кровотечения.	5	4	1
3.3	Ожоги и обморожения. Электротравма	5	4	1
3.4	Укусы животных, насекомых, змей. Отравления ядовитыми растениями, грибами	2	1	1
3.5	Утопление, удушье, отравление угарным газом	5	4	1
3.6	Инородные тела дыхательных путей и помощь при них	3	2	1
3.7	Способы транспортировки пострадавших	2		2
3.8	Понятие о неотложных состояниях и помощь при них	5	4	1
3.9	Понятие о терминальных состояниях	2	1	1
3.10	Сердечно-легочная реанимация	3	1	2
	Итого	72	57	15

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
4 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

8 класс

1. Строение и функции организма человека

Костно-мышечный скелет человека.

Дыхательная система и ее функции.

Сердечно-сосудистая система и ее функции.

Пищеварительная система и ее функции.

Мочеполовая система и ее функции.

Эндокринная система и ее функции.

Центральная нервная система.

Органы чувств и их назначение.

2. Основы здорового образа жизни.

Понятие о здоровье и болезни.

Факторы риска для здоровья.

Занятия физкультурой, спортом, закаливание.

Инфекционные болезни и их профилактика.

Вредные привычки и борьба с ними.

Половое воспитание

3. Первая медицинская помощь

Понятие о первой помощи. Средства оказания первой помощи

Понятие о травме. Закрытые, открытые травмы. Раны и кровотечения.

Ожоги и обморожения. Электротравма

Укусы животных, насекомых, змей. Отравления ядовитыми растениями, грибами

Утопление, удушье, отравление угарным газом

Инородные тела дыхательных путей и помощь при них

Способы транспортировки пострадавших

Понятие о неотложных состояниях и помощь при них

Понятие о терминальных состояниях

Сердечно-легочная реанимация

Тематическое планирование 9 класс ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

№	Название разделов, тем	Кол-во часов	Дата
---	------------------------	--------------	------

п/п		всего	теория	практика	
	1.Ранения. Оказание первой медицинской помощи при них.	5	2	3	
1.1	Раны.	1	1		
1.2	Первая помощь при ранениях.	1	1		
1.3	Практическое занятие «Оказание первой помощи при ранениях. Перевязка»	3		3	
	Кровотечения. Оказание первой медицинской помощи при них.	5	2	3	
1.4	Кровотечения и их характеристика. Гомеостаз.	1	1		
1.5	Остановка кровотечений.	1	1		
1.6	Практическое занятие «Оказание первой помощи при кровотечениях»	3		3	
	2.Переломы. Оказание первой медицинской помощи при них.	6	3	3	
2.1	Переломы, их основные признаки. Имобилизация.	1	1		
2.2	Первая помощь при переломах	2	2		
2.3	Практическое занятие «Оказание первой помощи при переломах»	3		3	
	3. Реанимация	7	4	3	
3.1	Состояния клинической и физиологической смерти. Остановка дыхания и прекращение сердечной деятельности.	1	1		
3.2	Способы реанимации: искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.	3	3		
3.3	Практическое занятие «Оказание первой помощи при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания»	3		3	
	4.Ожоги и обморожения.	6	2	4	
4.1	Ожоги: термические и химические. Степени и симптомы.	1	1		
4.2	Обморожения. Общее обморожение организма.	1	1		
4.3	Практическое занятие «Оказание первой помощи при ожогах и обморожениях»	4		4	
4.4	Травматический шок и противошоковые мероприятия.	1	1		
4.5	Травматический шок и противошоковые мероприятия..	1	1		

	5.Инфекционные болезни.	5	5		
5.1	Инфекционные болезни: возбудители, группы, причины.	1	1		
5.2	Дезинфекция и профилактические мероприятия.	1	1		
5.3	Пищевые инфекции: дизентерия, сальмонеллез, холера и другие.	1	1		
5.4	Инфекции, предающиеся половым путем.	1	1		
5.5	СПИД.	1	1		
	6.Функциональные характеристики и пробы как показатель состояния здоровья человека.	5	2	2	
6.1	Соматоскопия и соматометрия. Практическая работа в парах.	2	1	1	
6.2	Практическое занятие «Функциональная проба. Реакция сердечно-сосудистой системы на дозиро- ванную нагрузку.».	1		1	
6.3	Экскурсия в медицинское учреждение.	1	1		
	7. Экологическая культура как ресурс здоровья	32	11	21	
7.1.	Солнце, воздух и вода..... Выступление с аргументированными суждениями. Формы работы по интересам	3	1	2	
7.2.	Фитотерапия	4		4	
7.3.	Лечебные и рекреационные ресурсы мира	5	5		
7.4.	Гигиена, экология человека-какая между ними связь	5	5		
7.5.	Экологический десант - «Мы за здоровый образ жизни».	5		5	
7.6.	Изготовление просветительских буклетов, плакатов по вопросам экологии и здоровья	5		5	
7.7	Презентация исследовательских работ	5		5	
	Итоговое занятие	1		1	
	Итого	72	33	39	

СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ 5 год обучения (72 часа в год, 2 часа в неделю)

Раздел 1. Введение

Тема 1.1. Введение. Развитие анатомии.

Теория. Инструктаж по технике безопасности.

Тема 1.2. Уровни организации живой природы. Критерии живых организмов.

Теория. Признаки и уровни организации живой природы. Иерархически соподчинённые уровни организации биосистем. Особенности и разнообразие методов познания живого.

Практика. Самостоятельная работа «Уровни организации живой материи».

Форма контроля. Входная диагностика: беседа, опрос, педагогическое наблюдение, решение демо-варианта тестирования по биологии.

Раздел 2. Анатомия и физиология опорно-двигательного аппарата

Тема 2.1. Строение и классификация костей. Соединения костей.

Теория. Скелет человека: виды костей, строение и их классификация, типы соединения костей.

Практика. Практическая работа: «Классификация костей по форме и строению».

Тема 2.2. Строение костной ткани. Состав костей. Типы соединения костей.

Практика. Строение костной ткани под микроскопом. Свойства костей в связи с наличием минеральных веществ в составе. Свойства костей в связи с наличием органических веществ в составе. Лабораторная работа: «Кость как орган»

Тема 2.3. Строение скелета.

Теория. Строение скелета человека. Скелет головы: мозговая и лицевая часть черепа. Скелет туловища: позвоночный столб, грудная клетка. Скелет плечевого пояса и верхних конечностей. Скелет тазового пояса и нижних конечностей.

Практика. Самостоятельная работа: «Строение и функции скелета человека»

Тема 2.4. Особенности строения скелета человека в связи с прямохождением и трудовой деятельностью.

Теория. Возникновение прямохождения. Особенности строения скелета в связи с прямохождением.

Практика. Практическая работа: «Особенности строения скелета человека. Отличие от скелета млекопитающих»

Тема 2.5. Функции, строение и классификация мышц. Работа мышц. Утомление.

Теория. Строение мышц, их функции. Классификации мышц по различным признакам: по топографии, по развитию и т.д. Работа мышц. Рычаги первого, второго и третьего рода. Утомление мышц.

Практика. Практическая работа: «Утомление при статической и динамической работе».

Форма контроля. Текущий контроль: выполненная практическая работа.

Раздел 3. Сердечно-сосудистая система: строение и работа.

Тема 3.1. Состав крови и характеристика её компонентов. Механизм свёртывания крови. Группы крови. Иммуниетет.

Теория. Внутренняя среда организма. Кровь: её состав и функции. Механизм свёртывания крови. Группы крови. Что такое иммунитет и какие включает аспекты.

Практика. Практическая работа: «Исследование свертывания крови».

Тема 3.2. Кровообращение. Строение и работа сердца.

Теория. Строение сердца человека. Фазы его работы. Автоматия сердца. Кровеносные сосуды. Круги кровообращения.

Практика. Практическая работа: «Изучение особенностей кровообращения человека»

Тема 3.3. Движение крови по сосудам.

Теория. Строение органов кровообращения в связи с выполняемыми функциями. Кровяное давление и пульс. Закономерности изменения скорости кровотока в различных кровеносных сосудах.

Практика. Практическая работа: «Движение крови по сосудам. Пульс».

Тема 3.4. Микроскопическое строение крови.

Практика. Лабораторная работа: «Микроскопическое строение крови человека и лягушки».

Тема 3.5. Лимфа и лимфообращение.

Теория. Состав и значение лимфы. Лимфатические сосуды. Лимфоциты и их функции.

Практика. Практическая работа: «Анатомия и физиология лимфатической системы»

Тема 3.6. Гигиена сердечно-сосудистой системы. Нарушения в работе органов кровообращения.

Теория. Гигиена сердечно-сосудистой системы. Заболевания сердечно-сосудистой системы. Причины и факторы их возникновения. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.

Практика. Практическая работа: «Реакция сердечно-сосудистой системы на дозированную нагрузку».

Тема 3.7. Тестовая работа по темам «Внутренняя среда организма. Кровообращение и лимфообращение».

Практика. Тест: «Внутренняя среда организма. Кровообращение и лимфообращение».

Форма контроля. Текущий контроль: выполненная тестовая работа.

Раздел 4. Анатомия и физиология органов дыхания.

Тема 4.1. Строение органов дыхания. Этапы процесса дыхания.

Теория. Строение дыхательной системы. Функции дыхательной системы. Физиология дыхания.

Практика. Практическая работа: «Строение и функции дыхательной системы».

Тема 4.2. Механизм вдоха и выдоха. Вентиляция лёгких и дыхательный акт.

Теория. Механизм вдоха. Механизм выдоха. Грудное и брюшное дыхание.

Практика. Практическая работа: «Физиология процесса дыхания».

Тема 4.3. Транспорт газов кровью. Регуляция дыхания.

Теория. Лёгочное и тканевое дыхание. Транспортная функция гемоглобина.

Практика. Практическая работа: «Дыхание в измененных условиях окружающей среды»

Тема 4.4. Гуморальная регуляция дыхания (функциональная проба с задержкой дыхания)

Практика. Лабораторная работа: «Функциональное исследование легких»

Форма контроля. Текущий контроль: выполненная лабораторная работа.

Раздел 5. Пищеварительная система.

Тема 5.1. Функции пищеварительного тракта.

Теория. Анатомия органов пищеварительного тракта. Функции пищеварительного тракта.

Практика. Практическая работа: «Резорбтивная функция органов пищеварения»
Тема 5.2. Этапы процесса пищеварения.

Теория. Физиология органов пищеварительного тракта. Этапы процесса пищеварения. Моторика ЖКТ.

Практика. Практическая работа: «Этапы процесса пищеварения человека»

Тема 5.3. Гигиена питания и предупреждение желудочно-кишечных заболеваний.

Теория. Значимость различных групп продуктов питания для здоровья ЖКТ. «Пирамида питания». Гигиена питания. Превентивные меры предупреждения желудочно-кишечных заболеваний.

Практика. Практическая работа: «Определение норм рационального питания»

Тема 5.4. Основные принципы и механизмы регуляции пищеварения.

Практика. Лабораторная работа: «Методы исследования деятельности ЖКТ»

Форма контроля. Текущий контроль: выполненная лабораторная работа.

Раздел 6. Обмен веществ и энергии.

Тема 6.1. Общее представление об обмене веществ и энергии. Обмен белков. Обмен углеводов.

Теория. Общий обмен веществ, энергетический и пластический. Затраты энергии в организме. Особенности обмена белков в организме человека. Особенности обмена углеводов в организме человека.

Практика. Практическая работа: «Обмен веществ и энергии в организме человека»

Тема 6.2. Обмен липидов. Обмен воды и липидов.

Теория. Особенности обмена липидов в организме человека. Особенности обмена воды и роль липидов в организме человека.

Практика. Практическая работа: «Обмен липидов в норме и патологии»

Тема 6.3. Витамины.

Теория. Понятие «витамины». Различные группы витаминов. Польза витаминов для организма человека, их значение для поддержания нормальной жизнедеятельности. Зависимость здоровья человека от питания.

Практика. Практическая работа: «Качественные реакции на витамины»

Тема 6.4. Обмен веществ и энергии. Расчет общего обмена человека. Составление суточного пищевого рациона. Оценка собственного типичного пищевого рациона.

Практика. Лабораторная работа: «Гигиеническая оценка пищевого рациона»

Форма контроля. Текущий контроль: выполненная лабораторная работа.

Раздел 7. Железы внутренней секреции

Тема 7.1. Железы внутренней секреции. Гипофиз. Гипоталамус и его связь с гипофизом.

Теория. Различие желез внешней и внутренней секреции. Гормоны, их виды. Характеристика и функции гормонов. Виды эндокринных желез. Топография, строение. Гипо- и гиперфункция эндокринных желез.

Практика. Самостоятельная работа: «Анатомия и физиология желез внутренней секреции»

Тема 7.2. Эпифиз.

Теория. Топография, строение шишковидной железы. Гормоны эпифиза. Мелатонин. Регуляторные функции гормонов эпифиза. Роль эпифиза в регуляции психофизиологических функций организма.

Практика. Практическая работа: «Влияние эпифиза и его гормонов на функционирование организма»

Тема 7.3. Щитовидная железа. Околощитовидная железа.

Теория. Топография, строение щитовидной железы. Гормоны щитовидной железы. Гипо- и гиперфункция щитовидной железы.

Практика. Практическая работа: «Железы энтодермального происхождения»

Тема 7.4. Тимус. Надпочечники.

Теория. Топография, строение тимуса и надпочечников. Гормоны тимуса и надпочечников. Изменение показателей функциональной активности тимуса, эпифиза и надпочечников как отражение регуляторных перестроек организма.

Практика. Практическая работа: «Строение и функции адреналовых желез»

Тема 7.5. Поджелудочная железа. Тканевые гормоны.

Теория. Топография, строение поджелудочной железы. Островки Лангерганса. Гормоны поджелудочной железы. Соматостатин. Амилин. Регуляторные функции гормонов поджелудочной железы. Значение инсулина для жизни человека. Норма и отклонения от нормы.

Практика. Практическая работа: «Биологическая роль гормонов»

Тема 7.6. Гуморальные механизмы регуляции жизнедеятельности организмов.

Практика. Лабораторная работа: «Механизмы регуляции жизнедеятельности организмов»

Тема 7.7. Зачетная работа по пройденным темам модуля.

Практика. Зачет по пройденным темам модуля.

Форма контроля. Промежуточная аттестация: выполненная зачетная работа.

Раздел 8. Итоговое занятие

Теория. Подведение итогов.

Практика. Промежуточная аттестация. Зачет.

Календарный учебный график

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»
1.	Начало учебного года	1 сентября
2.	Продолжительность учебного периода	36 недель в учебном году
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю
5.	Количество часов в каждом учебном году	72 часа
6.	Окончание учебного года	31 мая
7.	Период реализации программы	01.09.2024-31.05.2028

Рабочая программа воспитания

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое;
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков.

Используемые формы воспитательной работы: тематические квизы, викторины, экскурсии; интерактивные мероприятия.

Методы воспитательной работы: беседа, наблюдение, лекция, убеждение.

Планируемый результат:

- повышение мотивации к проектной и исследовательской деятельности, к научному творчеству и личностному развитию;
- сформированность настойчивости в достижении цели;
- умение работать в команде;
- сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы на каждый год обучения

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при работе с оборудованием, правилами поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках учебного занятия	сентябрь

2.	День знаний	Интеллектуальное воспитание. Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	В рамках учебного занятия	сентябрь
3.	День солидарности в борьбе с терроризмом	Правовое воспитание и культура безопасности	В рамках учебного занятия	сентябрь
4.	День народного единства	Гражданско-патриотическое воспитание семейных ценностей	В рамках учебного занятия	ноябрь
5.	День добровольца (волонтера) в России	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	В рамках учебного занятия	декабрь
6.	День Конституции Российской Федерации	Гражданско-патриотическое	В рамках учебного занятия	декабрь
7.	День Российской науки	Интеллектуальное воспитание	В рамках учебного занятия	08 февраля
8.	День Защитника Отечества	Гражданско-патриотическое	В рамках учебного занятия	23 февраля
9.	Международный женский день 8 Марта	Воспитание семейных ценностей	В рамках учебного занятия	08 марта
10.	День космонавтики	Гражданско-патриотическое	В рамках учебного занятия	12 апреля
11.	День Победы	Гражданско-патриотическое Нравственное и Духовное воспитание	В рамках учебного занятия	09 мая

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».
3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики».
4. Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 "Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей».

5. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».

6. Указ Президента Российской Федерации от 8 мая 2024 г. № 314 «Об утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в области исторического просвещения».

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

10. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

Для педагога дополнительного образования

1. Альтшуллер Г.С. Творчество как точная наука (2004 г.) — 203 стр.
2. Богданова, Т.Л. и др. Биология. Справочник для старшеклассников и поступающих в вузы / Т.Л. Богданова, Е.А. Солодова // Изд.: "АСТ-ПРЕСС КНИГА", - 2020 г.;
3. Кулакова Е.А. Развитие творческих способностей, учащихся в процессе проектной и учебно-исследовательской деятельности / Е.А. Кулакова // Исследовательская деятельность учащихся в современном образовательном пространстве: Сборник статей – М.: НИИ школьных технологий, 2006. – 57-62 с.
4. Грин, Н. и др. Биология: в 3-х томах / Грин Н., Стаут У., Тейлор Д. // Перевод с английского под ред. Р. Сопера// Изд.: Мир, - 1993 г.;
5. Калинова, Г.С. и др. Отличник ЕГЭ. Биология. Решение сложных задач / Калинова Г.С., Петросова Р.А., Никишова Е.А. // Изд.:Интеллект-Центр, - 2021 г.

Для обучающихся и родителей:

1. Альтшуллер Г. С. Найти идею (2003 г.) — 239 стр.

2. Калинова, Г.С. ЕГЭ. Биология 2021. Типовые экзаменационные варианты / под ред. Г.С. Калиновой // Изд.: Национальное образование, - 2021 г.;
3. Калинова, Г.С. и др. Отличник ЕГЭ. Биология. Решение сложных задач / Калинова Г.С., Петросова Р.А., Никишова Е.А. // Изд.: Интеллект-Центр, - 2021 г.;
4. Кириленко, А.А. Биология. Тематические тесты / А.А. Кириленко // Изд.: Легион, - 2021 г.;
5. Щербатых, Ю.В. Биология в схемах и таблицах / Ю.В. Щербатых // Изд.: Эксмо, - 2022 г.

Интернет-ресурсы

1. <http://www.anatomy.tj/> - анатомический атлас человека
2. <http://anatomia.spb.ru/> - анатомический 3D атлас
3. <http://anatomus.ru/> - анатомия и физиология человека
4. <http://anatomyonline.ru/> - анатомический атлас (остеология)
5. <http://fitoterapija.info/> - фитотерапия
6. <http://vk.com/slipupsru> - интернет-журнал
7. <http://biomolecula.ru/medicine> - интернет-журнал
8. <http://www.biorf.ru/> - научный интернет-журнал
9. <http://sci-dig.ru/category/medicine/> - научный интернет-журнал
10. <https://obuchonok.ru>