

Министерство образования и науки Республики Ингушетия

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №4 г. Карабулака им. А. Х. Бокова»

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол №1  
от 31 августа 2023 г.

Утверждаю  
Директор ГБОУ «СОШ №4  
г. Карабулака им. А. Х. Бокова»  
Угурчиева А. И.  
« 31» августа 2023 г.

## **Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа**

### **«Человек и его здоровье»**

Направленность: естественно-научная

Возраст обучающихся: 13 - 17 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик: Бадиева Лиза Макшариповна,  
педагог дополнительного образования

Карабулак, 2023

## **Пояснительная записка**

Дополнительное образование предоставляет широкие возможности для всестороннего развития обучающихся. Дополнительное образование сегодня необходимое звено в воспитании многогранной личности, в её образовании и профессиональной ориентации. Оно предназначено для свободного выбора и освоения детьми дополнительных образовательных программ, которые близки их природе, отвечают внутренним потребностям, помогают развить интеллект, творческий потенциал, адаптироваться в современном обществе. Дополнительное образование имеет возможность для полноценной организации свободного времени: если ребёнок полноценно живёт, социально реализует себя, готовится к освоению профессии, то у него больше шансов достичь успехов в будущем.

Программа направлена на актуализацию потребности в самопознании, самосовершенствовании, саморазвитии и побуждению к формированию своего здоровья собственными силами. Программа включает в себя не только вопросы физического здоровья, но и вопросы духовного здоровья. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров. Главная задача состоит в том, чтобы обучить детей здоровому образу жизни.

**Направленность программы** –естественнонаучная.

**Нормативные документы** для разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утверждённым приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013г.№1008;
- Федеральный государственный стандарт основного общего образования;
- "Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России";
- Примерными требованиями к программам дополнительного образования (Приложение к письму Департамента молодежной политики воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006г.№06-1844).

## **Актуальность программы**

Программа формирует активную жизненную позицию обучающихся, реализует потребности общества в решении проблем выживания, сохранение здоровья, а также ориентирует на создание ключевых нравственных и других ценностей.

Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом. Отсутствие у обучающихся элементарных знаний о том, как стать здоровым, сохранить и укрепить свое здоровье – это вина родителей и педагогов.

Состояние здоровья современного школьника зависит не только от внешних условий, но и от его собственного отношения к здоровью. Школьная программа по биологии даёт детям сумму знаний, однако существует проблема отрыва теоретических знаний, которые получают обучающиеся, от умения применять их на практике. Данная программа гармонично дополняет учебный материал по биологии, предусматривает изучение основ медицинских знаний.

Программа содержит теоретические и практические вопросы изучения человеческого организма, выполнения им физиологических функций, профилактики их нарушений, программа направлена на изучение патологии организма, формирование умений и навыков диагностики нарушений в критических ситуациях и оказания неотложной помощи. Наряду с этим программа даёт фундаментальные знания по биологии и экологии человека, необходимые для поступления в высшие учебные заведения.

В данной программе уделяется большое внимание вопросам личной гигиены и здорового образа жизни, применяются современные педагогические технологии: кейс – технология, игровая, диалогового обучения, личностного ориентированного обучения, репродуктивная и на элементарном уровне – учебно-исследовательская.

В программе заложены следующие составляющие: образовательная, просветительская, воспитательная, профориентационная.

**Новизна** дополнительной образовательной программы. Программа создана исходя из запросов современного общества. В ней рассматривается материал, который недостаточно глубоко изучается в школьном курсе биологии и основ безопасности жизнедеятельности. Программа обеспечивает необходимые условия личностного развития, профессионального самоопределения. Способствует формированию у обучающихся осознанного выбора здорового образа жизни, созданию и апробации здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

*Практическая значимость* программы заключается в следующем: обучающиеся получают возможность проводить несложные измерения физиологических процессов человека, научатся на практике оказывать первую (доврачебную) медицинскую помощь в различных ситуациях, расширят кругозор в области биологии и медицины человека.

**Педагогическая целесообразность.** Программа удовлетворяет интересы детей и подростков к анатомии, физиологии, гигиене и психологии.

Программа направлена на расширение знаний по гигиене и санитарии и способствует осознанному выбору будущей профессии, сохранению и укреплению здоровья подрастающего поколения. Сочетание теоретического курса и практических работ обеспечивает широкие возможности в выборе методов работы, что будет способствовать творческому и интеллектуальному развитию детей. Практические работы предполагают активные методы: исследование, сравнение, игровые моменты. В целом программа может вызывать повышенный интерес к изучаемому предмету и профессиям, связанным с биологией, медициной и смежными областями, занятия по данной программе помогут определиться в выборе профессии, связанной с медициной, биологией и химией. Также, занятия в рамках данного курса призваны привить ответственное отношение к собственному здоровью, способствовать формированию положительной мотивации выработки своего индивидуального способа поведения, позволяющего сохранить своё здоровье в современных условиях жизни, оказать помощь школьникам в осознанном выборе профессии для дальнейшего обучения на естественнонаучном профиле.

## **Цель и задачи программы.**

**Цель программы:** способствовать формированию у обучающихся ценностей здорового образа жизни и правильных представлений о здоровье и функциях человеческого организма, приобретение навыков распознавания неотложных состояний и умений оказывать первую доврачебную помощь.

### **Задачи:**

#### *Образовательные*

1. Обучить основным понятиям, терминам и определениям биологии человека, способствовать формированию системы доступных по возрасту валеологических знаний.
2. Ознакомление с признаками нарушения физиологических процессов органов и систем, методами предупреждения возникновения и развития заболеваний.
3. Овладение методами оказания неотложной помощи.
4. Обучить методам рационального мышления и накопления знаний в различных областях биологии.
5. Научить наблюдать и сопоставлять факты и закономерности в области анатомии и физиологии человека, заболеваний и их симптомов, показателей здоровья и функциональных возможностей организма.
6. Приобретение навыков учебно-исследовательской деятельности по анатомии, физиологии и экологии человека.
7. Формировать мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасности жизни, нравственно – психологического компонента здорового образа жизни.

#### *Развивающие:*

1. Развивать память и мышление, наблюдательность и произвольное внимание на материале медицины и смежных областей.
2. Развивать навыки общения, способствовать психологической совместимости и адаптации в разновозрастном коллективе.
3. Развивать интерес к мыслительной и творческой деятельности, расширению эрудиции и углублению знаний.
4. Создать условия для расширения кругозора, познакомить с новейшими достижениями медицины и смежных наук.

#### *Воспитательные:*

1. Способствовать воспитанию и самовоспитанию таких качеств личности как патриотизм, доброта, стремление помогать другим и принимать помощь, терпимость и готовность к сотрудничеству.
2. Воспитать потребность в поддержании собственного здоровья и здоровья окружающих, готовность к оказанию простейшей и допустимой доврачебной помощи.
3. Проводить профориентацию на профессии в области медицины, анатомии и физиологии, медико-биологических дисциплин в целом.

### **Адресат программы.**

Данная программа предназначена к реализации для обучающихся в возрасте **13-17** лет. Для этого возраста характерна высокая познавательная активность, любознательность, заинтересованность в ознакомлении функционирования своего организма. В подростковом возрасте дети уже имеют общие знания о здоровье человека и готовы углубить, расширить их, освоить основные правила, которым необходимо следовать для поддержания здоровья, участвовать в практических и лабораторных занятиях.

Продолжительность обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «*Человек и его здоровье*» составляет **один год**. Основной учебно-тематический план составлен на **72 часа в год**. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Продолжительность занятия составляет **40 минут**. **Количество обучающихся в группе – 15 человек**, состав групп - постоянный.

**Особенности организации образовательного процесса:** индивидуальная, групповая, работа в мини-группах, которая предполагает сотрудничество несколько человек по какой-либо учебной теме.

*Основной формой работы* с подростками являются групповые занятия для изучения теоретического материала по темам и практические занятия с индивидуальным подходом к каждому, т.к. каждый обучающийся может проходить программу свои темпом (в зависимости от своих личностных способностей и частоты посещения занятий).

Типичное занятие, как правило, имеет следующую структуру: краткое повторение пройденного материала;

- знакомство с новой темой (технологией);
- вводный инструктаж;
- практическая работа;
- уборка рабочего места.

В образовательной программе «*Человек и его здоровье*» могут использоваться следующие **формы** занятий:

- экскурсии;
- лекция;
- беседы, рассказы, объяснения;
- показ технических приёмов;
- демонстрация;
- практическая работа;
- мастер - классы для сверстников и взрослых;
- акции;
- видеоурок;
- научно-практическая конференция;
- биологический вечер;
- защита мини-проектов;
- встреча с медицинскими работниками и т.д.

Практическая работа является частью учебного занятия.

При обучении по данной программе используются **следующие методы:**

- объяснительно-иллюстративный;
- репродуктивный;
- частично-поисковый;
- проектный;
- исследовательский.

**Форма обучения** – очная.

В процессе освоения программы используются комбинированные, теоретические, практические, диагностические, **типы занятий**.

Форма организации образовательного процесса: групповая, индивидуальная.

Педагогические технологии – технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология исследовательской деятельности, технология проектной деятельности, технология игровой деятельности, кейс – технология, коммуникативная технология обучения, здоровьесберегающая технология;

Дидактические материалы- раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания, упражнения ит.п.

Для проверки динамики усвоения программного материала в начале и в конце учебного года проводится обязательное тестирование воспитанников.

Итогом проделанной работы могут быть конференции, где кружковцы выступают с докладами и научно-исследовательскими работами.

Подтверждением эффективности данной программы должны стать высокие результаты воспитанников на Всероссийской предметной олимпиаде школьников по биологии, экологических конкурсах, а также высокий процент обучающихся поступивших в медицинский университет, медицинские колледжи, а также на биологические факультеты ВУЗов.

## **Ожидаемые результаты**

### **Личностные результаты**

Идентификация себя в качестве гражданина России, патриотизм; уважение к Отечеству, чувство ответственности и долга перед Родиной; ощущение личной причастности судьбе российского народа.

Готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, а также к осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

Формирование и развитие ответственного отношения к учению, уважительного отношения к труду; приобретение опыта участия в социально значимом труде.

Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.

Формирование и развитие целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики.

Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, гражданской позиции; готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания.

Осознание ценности здорового и безопасного образа жизни.

Воспитание чувства гордости за российскую биологическую науку и медицину.

Развитие эстетического сознания.

Формирование и развитие экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно – оценочной и практической деятельности.

**Метапредметным** результатом изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД)

### **Регулятивные УУД:**

Самостоятельно обнаруживать и формировать учебную проблему, определять УД;

Выдвигать версии решения проблемы, осознавать (и интерпретировать в случае необходимости) конечный результат, выбирать средства достижения цели из предложенных, а также искать их самостоятельно;

Составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта);

Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно (в том числе и корректировать план);

В диалоге с педагогом совершенствовать самостоятельно выбранные критерии оценки.

### **Познавательные УУД:**

- Анализировать, сравнивать, классифицировать факты и явления;
- Выявлять причины и следствия простых явлений;
- Осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая критерий для указанных логических операций;
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта;
- Составлять тезисы, различные виды планов (простых, сложных и т.п.)
- Преобразовывать информацию из одного вида в другой (таблицу в текст);
- Определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

### **Коммуникативные УУД:**

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, договариваться друг с другом);
- В дискуссии уметь выдвинуть аргументы и контаргументы;
- Учиться критично относиться к своему мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения и корректировать его;
- Понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты (гипотезы, аксиомы, теории);
- Уметь взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми иных позиций.

### **Предметные результаты**

#### **Обучающийся научится:**

- выделять существенные признаки биологических объектов (животных клеток и тканей, органов и систем органов человека) и процессов жизнедеятельности, характерных для организма человека; аргументировать, приводить доказательства взаимосвязи человека и окружающей среды, родства человека с животными; аргументировать, приводить доказательства отличий человека от животных;
- аргументировать, приводить доказательства необходимости соблюдения мер профилактики заболеваний, травматизма, стрессов, вредных привычек, нарушения осанки, зрения, слуха, инфекционных и простудных заболеваний;
- объяснять эволюцию вида Человек разумный на примерах сопоставления биологических объектов и других материальных артефактов;
- выявлять примеры и пояснять проявление наследственных заболеваний у человека, сущность процессов наследственности и изменчивости, присущих человеку;
- различать по внешнему виду, схемам и описаниям реальные биологические объекты (клетки, ткани, органы, системы органов) или их изображения, выявлять отличительные признаки биологических объектов;
- сравнивать биологические объекты (клетки, ткани, органы, системы органов), процессы жизнедеятельности (питание, дыхание, обмен веществ, выделение и др.); делать выводы и умозаключения на основе сравнения;
- устанавливать взаимосвязи между особенностями строения и функциями клеток и тканей, органов и систем органов; использовать методы биологической науки: наблюдать и описывать биологические объекты и процессы; проводить исследования с организмом человека и объяснять их результаты;
- знать и аргументировать основные принципы здорового образа жизни, рациональной организации труда и отдыха;
- анализировать и оценивать влияние факторов риска на здоровье человека;
- описывать и использовать приемы оказания первой помощи; знать и соблюдать правила работы в кабинете биологии.

#### **Обучающийся получит возможность научиться:**

- организовывать и проводить индивидуальную исследовательскую деятельность по биологии (или разрабатывать индивидуальный проект): выдвигать гипотезы, планировать работу, отбирать и преобразовывать необходимую информацию, проводить эксперименты, интерпретировать результаты, делать выводы на основе полученных результатов, представлять продукт своих исследований;

прогнозировать последствия собственных исследований с учетом этических норм и экологических требований;

- анализировать и использовать в решении учебных и исследовательских задач информацию о современных исследованиях в биологии, медицине и экологии;
- аргументировать необходимость синтеза естественнонаучного и социогуманитарного знания в эпоху информационной цивилизации;
- выявлять в процессе исследовательской деятельности последствия антропогенного воздействия на экосистемы своего региона, предлагать способы снижения антропогенного воздействия на экосистемы;
- использовать приобретенные компетенции в практической деятельности и повседневной жизни, для приобретения опыта деятельности, предшествующей профессиональной, в основе которой лежит биология как учебный предмет.

#### **Обучающиеся должны знать:**

- наиболее распространённые заболевания, инфекции, их клиническую картину и профилактику;
- хронические заболевания: причины возникновения, профилактика;
- значение питательных веществ, витаминов и минеральных веществ;
- принципы рационального питания;
- влияние отравляющих веществ на организм человека;
- о зависимости человеческого организма от ритмических процессов жизнедеятельности;
- о влиянии ближайшего окружения: домашних условий, социума на организм человека;
- способы укрепления здоровья человека;
- об организации поведения и психики человека;
- о психических процессах (восприятие, воображение, внимание, память, мышление, эмоции); свойствах личности (индивидуальность, темперамент, воля, самооценка), навыках общения и разрешения конфликтов; состоянии окружающей среды в конкретной местности; влиянии окружающей среды на здоровье человека; мерах по улучшению качества окружающей среды;
- алгоритмы решения генетических задач.

#### **Обучающиеся должны уметь:**

- оказать первую помощь при травмах;
- приготовить и использовать элементарные антисептические средства;
- составить рацион питания;
- ухаживать за собственным телом (кожей, волосами, ногтями);
- решать генетические задачи;
- проводить простейшие исследования.

#### **Умения, навыки, приобретаемые воспитанниками в процессе обучения:**

1. Работа с микроскопом.
2. Знание строения и функций человеческого организма, отдельных органов и систем жизнеобеспечения.
3. Знание составляющих здоровья человека, видов здоровья.
3. Умение выявлять некоторые нарушения функций организма и предупреждать развитие заболевания.
4. Навыки проведения физиологических измерений (измерение артериального давления, частоты сердечных сокращений, динамометрия, соматометрия, частоты дыхания и др.).
5. Навыки оказания первой помощи при травмах различной этиологии (наложение различного вида повязок, остановка кровотечений, транспортировка пострадавших, овладение навыками подкожных и внутримышечных инъекций и др.).
6. Навыки медицинской этики.
7. Знакомство с профессией медицинского работника (учёные – медики, врач, медицинская сестра, санитарка).

## **Критерии и способы определения результативности**

Для оценки результативности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Человек и его здоровье» применяются входной, текущий, промежуточный и итоговый виды контроля.

Входящая диагностика осуществляется при комплектовании группы в начале учебного года. Цель – определить исходный уровень знаний обучающихся, определить формы и методы работы с ними. Формы оценки – анкетирование, собеседование.

Текущая диагностика осуществляется после изучения отдельных тем, раздела программы. В практической деятельности результативность оценивается качеством выполнения практических, исследовательских, творческих работ. Анализируются отрицательные и положительные стороны работы, корректируются недостатки. Контроль знаний осуществляется с помощью заданий педагога дополнительного образования (тесты, викторины); взаимоконтроль, самоконтроль и др. Они стимулируют работу обучающихся.

Промежуточный контроль осуществляется в конце I полугодия учебного года. Формы оценки: тестирование, участие в конкурсах, олимпиадах. В тестировании могут использоваться материалы итоговой аттестации по биологии (ОГЭ и ЕГЭ).

Итоговый контроль осуществляется в конце учебного года. Формы оценки: тестирование, представление проектной работы, участие в конкурсах.

### **Цели проведения промежуточной аттестации:**

- оценка уровня полученных знаний, умений и навыков обучающегося по программе;
- оценка успешности выбора технологий и методик обучения;
- корректировка учебного процесса.

**Цель проведения итоговой аттестации**-подведение итогов обучения.

### **Задачи:**

- определить уровень теоретической подготовки;
- выявить степень сформированности практических умений и навыков;
- соотнести прогнозируемый и реальный результат учебно-воспитательной работы;
- выявить причины, способствующие или препятствующие полноценной реализации программы;
- внести необходимые корректировки в содержание и методику преподавания программы.

### **Система контроля и оценивания результатов обучающихся**

Мониторинг результатов обучения и критерии оценки обучающихся. Основа-три группы показателей:

- Теоретическая подготовка и основные общеучебные компетенции(фиксация приобретенных ребенком в процессе освоения образовательной программы предметные и общеучебные знания, умения, навыки);
- Практическая подготовка (освоение способов решения проблем творческого и поискового характера; формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия; определять наиболее эффективные способы достижения результата; формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях не успеха; овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей);
- Достижения воспитанников (выражающиеся в изменении личностных качеств ребенка под влиянием занятий в объединении, работающем по программе «Человек и его здоровье»).

### **Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы**

- Знание теоретического материала;
- Оценка овладения обучающимися навыков оказания первой медицинской помощи;
- Участие в предметной олимпиаде;
- Участие в различных конкурсах;
- Тестирование, собеседование;
- Коллективно–творческие дела;
- Фестивали;
- Проектная работа;
- Исследовательская работа и др.

## Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество учебных часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1	Раздел 1. Введение.	2	1	1	
2	Раздел 2. Человек и его здоровье	6	2	4	Практическая работа, памятки, мини-проект
3	Раздел 3. Организм человека	39	19	20	Практическая работа, Теоретические вопросы
4	Раздел 4. Основы медицинских знаний	10	5	6	Практическая работа, Исследовательская работа
5	Раздел 5. Первая медицинская помощь	14	2	12	Практическая работа
6	Раздел 6. Итоговое занятие. Резервы Человеческого организма	1	1	-	Тестирование

### Содержание программы

#### Раздел 1. Введение в программу (2 ч.)

Введение. Вводная диагностика. Знакомство обучающихся с содержанием программы, с предметом изучения. Инструктаж по технике безопасности.

#### Раздел 2. Человек и его здоровье (6ч.)

Биосоциальная природа человека. Понятие здоровья. Виды здоровья.

Факторы, разрушающие здоровье. Связь окружающей среды и здоровья человека. Механизмы действия физических факторов на организм человека. Механизмы действия химических факторов на организм человека. Механизмы действия биологических факторов на организм человека.

Просмотр и обсуждение фильма «История одного обмана». Главные законы здоровья. Составляющие здорового образа жизни.

*Практическая часть:*

- Характеристика видов здоровья.
- Работа по группам (метод сэндвича) «Выявление физических, химических, биологических факторов, влияющих на организм человека».
- Составление памятки «Основы здорового образа жизни».

#### Раздел 3. Организм человека (39 ч.)

*Организм человека. Общий обзор (1ч.)*

Науки об организме человека. Место человека в живой природе. Клетка: строение, химический состав и жизнедеятельность. Ткани. Системы органов в организме. Уровни организации организма. Нервная и гуморальная регуляция.

*Практическая часть:*

- Изучение клеток человека на готовых микропрепаратах.

*Опорно-двигательная система (2ч.)*

Строение, состав и соединение костей. Скелет человека. Мышцы: их строение и значение. Работа мышц. Нарушения осанки и плоскостопие. Развитие опорно-двигательной системы.

*Практическая часть:*

- Исследование свойств нормальной, жженной и декальцированной кости.

*Внутренняя среда организма (6ч.)*

Внутренняя среда организма. Значение крови и ее состав. Группы крови. Резус-фактор. Иммуитет. Тканевая совместимость и переливание крови. Донорство. Строение и работа сердца. Круги кровообращения. Движение крови по сосудам. Регуляция работы сердца и кровеносных сосудов. Лимфа. Лимфообращение. Предупреждение заболеваний сердца и сосудов.

Просмотр видеофильмов о донорстве.

*Практическая часть:*

Проведение инструментальных анализов и функциональных проб. Оценка пульса, измерение артериального давления, оценка степени тренированности испытуемого.

Решение задач.

*Дыхательная система (3ч.).*

Значение дыхания. Органы дыхания. Газообмен в легких и тканях. Дыхательные движения. Четыре типа дыхания. Жизненная ёмкость лёгких (ЖЕЛ). Голосовой аппарат. Регуляция дыхания. Болезни органов дыхания, их предупреждение. Гигиена дыхания. Понятие об ароматерапии. Использование эфирных масел.

*Практическая часть:*

Проведение функциональных дыхательных проб с задержкой дыхания до и после физической нагрузки.

*Питание и здоровый образ жизни (3ч.).*

Значение пищи и ее состав. Органы пищеварения. Пищеварение в ротовой полости и желудке, изменение питательных веществ в кишечнике. Регуляция пищеварения. Заболевания органов пищеварения.

*Практическая часть:*

Качественное определение белков, жиров, углеводов в пищевых продуктах.

*Обмен веществ и энергии (2ч.).*

Обменные процессы в организме. Температурная регуляция. Нормы питания. Витамины. Основные гиповитаминозы. Рациональное питание. Режим питания. Питание в культурах народов мира.

Демонстрация таблиц суточных рационов для разного возраста и различных режимов труда, таблиц содержания различных витаминов в разных пищевых продуктах.

*Практическая часть:*

Составление дневного рациона питания с учётом энергетических затрат.

Качественное определение витамина С в яблочном соке йодометрическим методом.

*Мочевыделительная система (2ч.).*

Роль различных систем в удалении ненужных вредных веществ, образующихся в организме. Роль органов мочевого выделения, их значение. Строение и функции почек. Нефрон - функциональная единица почки. Образование первичной и конечной мочи. Удаление конечной мочи из организма: роль почечной лоханки, мочеточников, мочевого пузыря и мочеиспускательного канала. Предупреждение их заболеваний. Гигиеническая оценка питьевой воды.

*Практическая часть:*

Решение ситуационных задач.

*Кожа (3ч.).*

Значение и строение кожных покровов и слизистых оболочек, защищающих организм от внешних воздействий. Функции эпидермиса, дермы и гиподермы. Волосы и ногти – роговые придатки кожи. Кожные рецепторы, потовые и сальные железы. Типы кожи и натуральная косметика. Нарушения кожных покровов и повреждения кожи. Грибковые заболевания кожи, их предупреждение. Роль кожи в терморегуляции. Закаливание организма.

*Практическая часть:*

Изучение строения кожи, волоса, ногтя (микро - и макроскопическое).

Определение типов кожи на различных участках лица.

*Эндокринная система (2ч.).* Железы внешней, внутренней и смешанной секреции. Роль гормонов в обмене веществ, росте и развитии организма. Нарушения работы эндокринных желез.

Демонстрация видеофильма из серии «Тело человека», схем строения эндокринных желез, таблиц биологической активности и точек приложения гормонов, фотографий больных с различными нарушениями функций эндокринных желез.

*Нервная система (2ч.).*

Значение, строение и функционирование нервной системы. Вегетативная нервная система. Спинной мозг. Отделы головного мозга. Аналитико–синтетическая функция коры больших полушарий.

Демонстрация. Коленный и мигательный рефлексы. Обзорные схемы проводящих путей головного и спинного мозга.

*Практическая часть:*

Определение безусловных рефлексов различных отделов мозга.

*Анализаторы (10 часов).*

Строение анализаторов. Как действуют органы чувств и анализаторы. Орган зрения и зрительный анализатор. Заболевания и повреждения глаз. Органы слуха и равновесия. Органы осязания, обоняния и вкуса.

*Практическая часть:*

- Пр. работа «Гимнастика для глаз». Тест на прозрачность хрусталика.
- Творческое задание «Оптические иллюзии», «Хорошее настроение для глаз».
- Определение остроты слуха.
- Пр. занятие «Любимый запах».

*Поведение и психика (3 ч.).*

Врожденные и приобретенные формы поведения. Закономерности работы головного мозга. Биологические ритмы. Сон и его значение. Особенности высшей нервной деятельности человека. Работоспособность. Стрессоустойчивость.

*Практическая часть:*

- Тест на внимание, память.

Демонстрация видеофильма из серии «Тело человека», модели торса человека, муляжей внутренних органов, таблиц, схем.

#### **Раздел 4. Основы медицинских знаний (11 ч.)**

Основные принципы российского здравоохранения. Организация медицинской помощи в России. Принципы работы больниц, поликлиник, диспансеров, ФАП. Учреждения Министерства здравоохранения в России.

История развития отраслей медицины: хирургии, педиатрии, терапии и других. Медицина и цивилизация. История создания вакцин. История Красного Креста в России. Герои - медики Великой Отечественной войны. Гигиена как наука о сохранении здоровья людей. Факторы внешней среды и их влияние на здоровье людей. Санитарный режим в лечебных учреждениях. Гигиенические требования к местам общего пользования. Роль проветривания и влажной уборки в комнате. Текущая и генеральная уборка.

Понятие о микробиологическом и эпидемиологическом процессе.

Источники возбудителей инфекций. Профилактика инфекционных заболеваний. Понятие о работе санитарных эпидемиологических станций. Виды иммунитета: естественный и приобретенный. Профилактические прививки. Календарь прививок. Правила вакцинации и ревакцинации. Дезинфекция и дезинсекция, их определение и их значение в системе противоэпидемических мероприятий. Виды дезинфекций, показание к проведению, методы дезинфекций.

Просмотр видеофильма. Экскурсии в учреждения здравоохранения.

*Практическая часть:*

- составление профессиограмм медицинских работников.
  - Герои - медики Великой Отечественной войны (исследовательская работа).
- Демонстрация портретов учёных – медиков.

#### **Раздел 5. Первая медицинская помощь (16 ч.)**

Общие принципы оказания первой медицинской помощи. Сущность и задачи первой медицинской помощи (ПМП). Обязанности медицинских работников по оказанию первой медицинской помощи, их права. Организация первой медицинской помощи в России.

Первая медицинская (доврачебная) помощь как возможность спасения человека при угрожающих его жизни состояниях. Этапы оказания первой медицинской помощи. Понятие об асептике и антисептике. Средства оказания первой помощи: перевязочный материал, шины, антисептики, табельные и подручные средства. Понятие о травме. Закрытые и открытые травмы. Классификация ран. Виды кровотечений (носовое, желудочно – кишечное, лёгочное, артериальное, венозное, капиллярное). Оказание первой медицинской помощи.

Вывихи - врожденные, приобретенные. Переломы - закрытые, открытые. Оказание ПМП с использованием подручных средств для иммобилизации конечностей. Способы транспортировки пострадавшего. ПМП при ушибах и растяжениях. Причины, клиника. Ожоги, причины, виды, степени. Оказание первой медицинской помощи.

Обморожение. Воздействие низких температур на организм. Степени, клиника, первая помощь.

Утопление. Удушье. Отравление угарным газом. Общие принципы оказания первой медицинской помощи после прекращения поступления кислорода в легкие. Искусственная вентиляция легких и массаж

сердца. Признаки клинической смерти. Профилактика. Местные и общие патологические расстройства. Остановка дыхания. Проведение искусственной вентиляции легких и непрямой массаж сердца. Соблюдение мер личной безопасности при оказании медицинской помощи. Признаки биологической смерти. Профилактика. Понятие о травматических повреждениях (черепно-мозговая травма). Повреждение позвоночника. Причины травматизма. Травматический шок, оказание ПМП.

Первая помощь при несчастных случаях. Укусы собак. Первичная обработка раны. Направление пострадавшего в травмпункт для оказания помощи и решения вопроса о проведении прививок против бешенства.

Укусы ядовитых змей. Зависимость состояния от места укуса змеи. Наибольшая опасность от укуса в шею, голову при прокусывании вен. Помощь, удаление яда из раны, отсасывание ртом или кровотоососной банкой, госпитализация.

Укусы ос, пчел. Общая картина в зависимости от дозы яда и индивидуальной чувствительности (числа укусов). Общие симптомы, первая помощь, удаление жала, обработка раны, прикладывание холода.

Отравление ядовитыми грибами, солениями. Классификация пищевых отравлений. Первая помощь. Промывание желудка (беззондовый способ). Профилактика отравлений. Наличие аптечки первой помощи на предприятиях и транспорте. Необходимые лекарственные препараты, перевязочные материалы, инструментарий. Обозначение аптечек первой помощи.

*Практическая часть:*

- Приготовление материала для стерилизации. Остановка кровотечений. Наложение повязок, жгута.
- Наложение шин, подручных средств.
- Первая помощь при ожогах и обморожении.
- Изучение техники искусственного дыхания (на манекене).
- Первая помощь при несчастных случаях.
- Техника реанимации при электротравмах.
- Первая помощь при отравлениях.
- Техника проведения инъекций.

Просмотр видеофильмов.

*Экскурсии:* Экскурсия в центр переливания крови, медицинские лаборатории, медицинские учреждения.

**Межпредметные связи**

Биология (растения, животные, человек);

Химия (органические и неорганические вещества);

Физика (оптические приборы, жидкости, вязкость жидкости, осмос, осмотическое давление, диффузия);

Экология (влияние экологических факторов на организм человека).

## Ресурсное обеспечение

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1	Компьютер	шт.	1
2	Проектор с экраном	шт.	1
3	Ноутбук	шт.	1
4	МФУ	шт.	1
5	Звуковые колонки	шт.	1
6	Тренажер-манекен «Максим»	шт.	1
7	Тренажер для внутримышечных инъекций	шт	1
8	Тренажер для внутривенных Инъекций (рука)	шт.	1
9	Шкаф для коллекций и Дидактических материалов	шт	1
10	Шкаф для приборов лабораторный	шт	1
11	Мебель	шт.	1
12	Анатомическая модель глаза	шт.	1
13	Анатомическая модель уха	шт.	1
14	Модель гортани в разрезе	шт.	1
15	Модель желудка в разрезе	шт.	1
16	Модель локтевого сустава подвижная	шт.	1
17	Модель носа в разрезе	шт.	1
18	Модель почки в разрезе	шт.	1
19	Модель сердца (демонстрационная)	шт.	1
20	Интерактивное пособие «Человек. Строение тела человека»	шт.	1

## Список литературы

### Литература для педагогов:

- Справочные материалы: Книга для учащихся, М, Просвещение, 1989,
- Андреев Н.В. “Топография и картография, М, Просвещение, 1985,
- Берлянт А.М. “Занимательная психология”, М, Просвещение, 1985,
- Берлин г А.М. “Тесты для подростков”, М, Знание, 1990,
- Гепымин А.В, “Стресс в нашей жизни”, М, Просвещение, 1984,
- Куприн А.М. “Слово о диете”, М, Недра, 1987,
- Кусов В.С. “Основы правильного питания”, М, Недра ,1989,
- Преображенский А.И. “МВТ в нашей жизни”, М, Просвещение, 1997,
- Эдельштейн Л.В. “Как себя вести”, М, Недра, 1978,
- Берлянт А.М. “Рекорды человечества”, М, Мысль, 1986,
- Постликов А.В. “Наркотические вещества”, М, Наука, 1996,
- Салищев К.А. “Релаксация”, 3 издание, М, Издательство МГУ,1999,
- Справочник по ПДД М, 2004г.
- Правила дороги и комментарий ПДДМ.Мысль2001.
- “Образ жизни и вредные привычки” Запороженко В.Г.
- “Эмоциональные особенности формирования личности в детстве”. Гэреслав Г.М.
- “Избранные психологические исследования” БСЭ. В 30т. 3-е изд.
- “Детство и общество”. Эриксон Э.

### Список литературы, рекомендуемой для детей.

- Б.Т.Величковский , В.И.Кирпичев, И.Т.Суравегин «Здоровье человека и окружающая среда», Москва, Издательство «Новая школа»,1997 г.
- Л.Розенблат «Симфония жизни»,Москва,1990г.
- В.С. Рохлов «Школьный практикум. Биология. Человек» , М.,Дрофа,1998г.
- Газета «Биология»
- И.Д.Зверев «Книга для чтения по анатомии»,Москва,Просвещение,1997г.
- А.Т.Смирнов, Б .И. Мишин «Основы медицинских знаний»,Москва,Просвещение,2001г.

### Интернет-ресурсы

- <http://www.college.ru/biology> – сайт для педагогов и обучающихся по биологии. Физиология человека.
- <http://www.livt.net> – сайт для обучающихся о разнообразии живых организмов. Паразиты человека.
- [www.hsea.ru](http://www.hsea.ru)Первая медицинская помощь.
- [www.takzdorovo.ru](http://www.takzdorovo.ru) -интернет-портал о здоровом образе жизни.
- <http://learnbiology.narod.ru> – сайт для обучающихся и педагогов по биологии. Физиология человека.
- <http://med.claw.ru>– Медицинская энциклопедия. Анатомический атлас. Патофизиология.
- <http://www.skeletos.zharko.ru> – опорно-двигательный аппарат человека (сайт для обучающихся).
- <http://experiment.edu.ru> **Коллекция**
- «Естественнонаучные эксперименты». Биология. Медицина.
- <http://erudite.nm.ru> – биографии учёных (естествоиспытатели, биологи, врачи).
- <http://belok-s.narod.ru> – всё о белках с точки зрения физики, химии, биологии, медицины.
- <http://chemistri.ssu.samara.ru> – органическая химия /лекарственные препараты и их свойства.
- <http://www.rushim.ru> – электронная энциклопедия по химии и технике(медицинские аспекты).
- <http://www.ebio.ru>– электронная биологическая энциклопедия(раздел: человек и его здоровье).
- <http://www.rushim.ru> – электронная энциклопедия по химии и технике (медицинские аспекты).
- <http://www.krugosvet.ru>–энциклопедия
- «Кругосвет»: медицина, физиология человека.



## Календарный учебный график программы «Человек и его здоровье»

№ занятия	Название раздела темы	Форма занятий	Место проведения	Форма контроля	Количество учебных часов			Дата по плану		Дата по факту	
					всего	теория	практика	группы			
.	<b>Раздел I. Введение</b>				<b>2</b>						
1-2	Введение. Вводная диагностика. Вводный инструктаж по ТБ. Экскурсия «Человек и природа»	Беседа , практика	Каб 303	Беседа/опрос	2	1	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	4.09 4.09 5.09 5.09 6.09 6.09 7.09 7.09 8.09		
	<b>Раздел 2. Человечи его здоровье</b>				<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>				
3	Биосоциальная природа человека. Виды здоровья. Факторы, формирующие и разрушающие здоровье	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303	Тестирование	1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	11.09 11.09 12.09 12.09 13.09 13.09 14.09 14.09 15.09		
4.	Связь окружающей среды и здоровья человека. Механизмы действия физических факторов на организм человека	беседы, практика	Каб 303	Тестирование	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	11.09 11.09 12.09 12.09 13.09 13.09 14.09 14.09 15.09		
5.	Механизмы действия химических факторов на организм человека	беседы, практика	Каб 303	Тестирование	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7	18.09 18.09 19.09 19.09 20.09 20.09 21.09		

								8 9	21.09 22.09		
6.	Виды зависимостей. Видеоурок «История одного обмана»	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	18.09 18.09 19.09 19.09 20.09 20.09 21.09 21.09 22.09		
7.	Механизмы действия биологических факторов на организм человека	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	25.09 25.09 26.09 26.09 27.09 27.09 28.09 28.09 29.09		
8.	Главные законы здоровья. Составляющие здорового образа жизни	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303	Тестирование	1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	25.09 25.09 26.09 26.09 27.09 27.09 28.09 28.09 29.09		
	<b>Раздел3.Организм человека</b>				<b>39</b>	<b>19</b>					
9	Организм человека. Общий обзор	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	2.10 2.10 3.10 3.10 4.10 4.10 5.10 5.10 6.10		

10.	Опорно-двигательная система. Скелет. Связки и хрящи. Строение и функции скелетных мышц	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	2.10 2.10 3.10 3.10 4.10 4.10 5.10 5.10 6.10		
11.	Состав кости. Исследование свойств нормальной, жженной и декальцированной кости	беседы, практика	Каб 303	Тестирование	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	9.10 9.10 10.10 10.10 11.10 11.10 12.10 12.10 13.10		
12.	Внутренняя среда организма. Значение крови и ее состав	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	9.10 9.10 10.10 10.10 11.10 11.10 12.10 12.10 13.10		
13.	Группы крови. Резус-фактор. Решение задач	беседы, практика	Каб 303	Тестирование	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	16.10 16.10 17.10 17.10 18.10 18.10 19.10 19.10 20.10		
14.	Тканевая совместимость и Переливание крови. Донорство	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7	16.10 16.10 17.10 17.10 18.10 18.10 19.10		

								8 9	19.10 20.10		
15.	Строение и работа сердца. Круги кровообращения. Движение крови по сосудам. Регуляция работы сердца и кровеносных сосудов	беседы, практика	Каб 303	Тестирование	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	23.10 23.10 24.10 24.10 25.10 25.10 26.10 26.10 27.10		
16.	Лимфа. Лимфообращение	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	23.10 23.10 24.10 24.10 25.10 25.10 26.10 26.10 27.10		
17.	Предупреждение заболеваний сердца и сосудов	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	30.10 30.10 31.10 31.10 1.11 1.11 2.11 2.11 3.11		
18.	Значение дыхания. Органы дыхания. Газообмен в легких и тканях. Голосовой аппарат. Регуляция дыхания	беседы, практика	Каб 303	Тестирование	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	30.10 30.10 31.10 31.10 1.11 1.11 2.11 2.11 3.11		
19.	Газообмен в легких и тканях. Проведение функциональных дыхательных проб с	беседы, практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5	6.11 6.11 7.11 7.11 8.11		

	задержкой дыхания до и после физической нагрузки							6 7 8 9	8.11 9.11 9.11 10.11		
20.	Болезни органов дыхания, их предупреждение. Гигиена дыхания. Ароматерапия	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303	Тестирование	1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	6.11 6.11 7.11 7.11 8.11 8.11 9.11 9.11 10.11		
21.	Значение пищи и ее состав. Качественное определение белков, жиров, углеводов в пищевых продуктах	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	13.11 13.11 14.11 14.11 15.11 15.11 16.11 16.11 17.11		
22.	Органы пищеварения. Пищеварение в ротовой полости и желудке, изменение питательных веществ в кишечнике. Регуляция пищеварения	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	13.11 13.11 14.11 14.11 15.11 15.11 16.11 16.11 17.11		
23.	Заболевания органов пищеварения и их профилактика	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	20.11 20.11 21.11 21.11 22.11. 22.11 23.11 23.11 24.11		
24	Обменные процессы в организме. Терморегуляция.	беседы, практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3	20.11 20.11 21.11		

								4 5 6 7 8 9	21.11 22.11. 22.11 23.11 23.11 24.11		
25.	Нормы питания. Составление дневного рациона питания с учётом энергетических затрат	беседы, практика	Каб 303	Решение задач	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	27.11 27.11 28.11 28.11 29.11 29.11 30.11 30.11 1.12		
26.	Витамины.Основные гиповитаминозы. Рациональное питание. Режим питания.Питание народов мира	беседы, практика	Каб 303	Решение задач	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	27.11 27.11 28.11 28.11 29.11 29.11 30.11 30.11 1.12		
27.	Мочевыделительная система. Строение и функции почек. Образование мочи. Регуляция мочевого выделения.	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	4.12 4.12 5.12 5.12 .6.12 6.12 7.12 7.12 8.12		
28.	Заболелания Мочевыделительной системы и их профилактика. Решение задач.	беседы, практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	4.12 4.12 5.12 5.12 .6.12 6.12 7.12 7.12 8.12		

29.	Покровы тела.Строение и Значение кожи. Изучение строения кожи, волоса, ногтя	беседы, практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	11.12 11.12 12.12 12.12 13.12 13.12 14.12 14.12 15.12		
30.	Типы кожи и натуральная косметика. Определение типов кожи на различных участках лица	беседы, практика	Каб 303	Решение задач	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	11.12 11.12 12.12 12.12 13.12 13.12 14.12 14.12 15.12		
31.	Грибковые заболевания кожи, их предупреждение	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	18.12 18.12 19.12 19.12 20.12 20.12 21.12 21.12 22.12		
32.	Эндокринная система.Железы внешней, внутренней и смешанной секреции.	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303	Решение задач	1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	18.12 18.12 19.12 19.12 20.12 20.12 21.12 21.12 22.12		
33.	Роль гормонов в обмене веществ, росте и развитии организма. Нарушения работы эндокринных желёз.	беседы, практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8	25.12 25.12 26.12 26.12 27.12 27.12 28.12 28.12		

								9	29.12		
34.	Значение, строение и функционирование нервной системы.	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	25.12 25.12 26.12 26.12 27.12 27.12 28.12 28.12 29.12		
35.	Спинной и головной мозг. Определение безусловных рефлексов различных отделов мозга	практика	Каб 303	Тестирование	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	15.01 15.01 9.01 9.01 10.01 10.01 11.01 11.01 12.01		
36.	Анализаторы. Особенности зрительного восприятия окружающей среды. Строение глаза, сетчатки и фоторецепторных клеток	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303	Решение задач	1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	15.01 15.01 9.01 9.01 10.01 10.01 11.01 11.01 12.01		
37.	Близорукость и дальнозоркость. Коррекция и профилактика. Оптика.	беседы, практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	22.01 22.01 16.01 16.01 17.01 17.01 18.01 18.01 19.01		
38.	Болезни и травмы глаз (конъюнктивит,	беседы, объяснения	Каб 303		1	-	1	1 2	22.01 22.01		

	блефарит,ячмень). Первая помощь при инородном теле, химические и термические ожоги	практика						3 4 5 6 7 8 9	16.01 16.01 17.01 17.01 18.01 18.01 19.01		
39.	Гигиена зрения.Рольпитания. Цветотерапия	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303	Решение задач	1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	29.01 29.01 23.01 23.01 24.01 24.01 25.01 25.01 26.01		
40.	Орган слуха у человека. Диапазон восприятия звуков человеком. Шкала Реймерса. Влияние шума на здоровье человека. Определение остроты слуха	объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	29.01 29.01 23.01 23.01 24.01 24.01 25.01 25.01 26.01		
41.	Заболевание органов слуха. Гигиена слуха	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	5.02 5.02 30.01 30.01 31.01 31.01 1.02 1.02 2.02		
42.	Орган равновесия. Особенности вестибулярного аппарата человека. Восприятие человеком высоты. Невесомость. Морская болезнь	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	5.02 5.02 30.01 30.01 31.01 31.01 1.02 1.02 2.02		

43.	Орган обоняния. Роль запахов в природе и их восприятие человеком. Пр.занятие «Любимый запах»	беседы, рассказы практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	12.02 12.02 6.02 6.02 7.02 7.02 8.02 8.02 9.02		
44.	Заболеванияноса. Ринит. Аллергия. Поллиноз. Гайморит	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	12.02 12.02 6.02 6.02 7.02 7.02 8.02 8.02 9.02		
45.	Язык-орган вкуса. Вкус и качество пищи. Диагностика по языку	объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	19.02 19.02 13.02 13.02 14.02 14.02 15.02 15.02 16.02		
46.	Врожденные и приобретенные формы поведения. Сигнальные системы	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	19.02 19.02 13.02 13.02 14.02 14.02 15.02 15.02 16.02		
47	Биологические ритмы	объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8	26.02 26.02 20.02 20.02 21.02 21.02 22.02 22.02		

								9	23.02		
48..	Особенности высшей нервной деятельности человека	объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	26.02 26.02 20.02 20.02 21.02 21.02 22.02 22.02 23.02		
	<b>Раздел4. Основы медицинских знаний</b>				<b>11</b>	<b>5</b>	<b>6</b>				
49.	Основные принципы Российского здравоохранения.	встреча с медицинским и работниками .	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	4.03 4.03 27.02 27.02 28.02 28.02 29.02 29.02 1.03		
50.	Организация медицинской помощи в России	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303					1 2 3 4 5 6 7 8 9	4.03 4.03 27.02 27.02 28.02 28.02 29.02 29.02 1.03		
51.	Характеристики профилей Подготовки медицинского персонала. Составление профессиограмм медицинских работников	встреча с медицинскими работниками и	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	11.03 11.03 5.03 5.03 6.03 6.03 7.03 7.03 15.03		
52.	Общие понятия о медицинской этике, психологии,	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3	11.03 11.03 5.03		

	деонтологии							4 5 6 7 8 9	5.03 6.03 6.03 7.03 7.03 15.03		
53.	История развития отраслей медицины: хирургии, педиатрии, терапии и других	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	18.03 18.03 12.03 12.03 13.03 13.03 14.03 14.03 22.03		
54.	Медицина и цивилизация. История создания вакцин. История Красного Креста в России	беседы, рассказы, практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	18.03 18.03 12.03 12.03 13.03 13.03 14.03 14.03 22.03		
55	Герои-медики Великой Отечественной войны	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303	биологический вечер;	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	25.03 25.03 19.03 19.03 20.03 20.03 21.03 21.0329.03		
56.	Гигиена как наука о сохранении здоровья людей. Понятие о личной гигиене	беседы, практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	25.03 25.03 19.03 19.03 20.03 20.03 21.03 21.03 29.03		

57.	Понятие о микробиологическом и эпидемиологическом процессе. Работа санитарных служб	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1.04 1.04 26.03 26.03 27.03 27.03 28.03 28.03 5.04		
58	Понятие об асептике и антисептике	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	1.04 1.04 26.03 26.03 27.03 27.03 28.03 28.03 5.04		
59.	Виды иммунитета: естественный и приобретенный. Профилактические прививки. Календарь прививок. Правила Вакцинации и ревакцинации	практика	Каб 303	Решение задач	1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	8.04 8.04 2.04 2.04 3.04 3.04 4.04 4.04 12.04		
60..	Дезинфекция и дезинсекция	объяснения практика	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8 9	8.04 8.04 2.04 2.04 3.04 3.04 4.04 4.04 12.04		
.	<b>Раздел 5. Первая медицинская помощь</b>				<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>				
61	Общие принципы оказания Первой медицинской помощи	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6	15.04 15.04 9.04 9.04 10.04 10.04		

								7	11.04		
								8	11.04		
								9	19.04		
62	Понятие о ране. Классификация ран. Первая помощь при ранениях	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1	15.04		
								2	15.04		
								3	9.04		
								4	9.04		
								5	10.04		
								6	10.04		
								7	11.04		
								8	11.04		
								9	19.04		
63	Перевязочный материал. Правила наложения повязок	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1	22.04		
								2	22.04		
								3	16.04		
								4	16.04		
								5	17.04		
								6	17.04		
								7	18.04		
								8	18.04		
								9	26.04		
64	Виды кровотечений и их характеристика. Первая медицинская помощь при кровотечениях	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1	22.04		
								2	22.04		
								3	16.04		
								4	16.04		
								5	17.04		
								6	17.04		
								7	18.04		
								8	18.04		
								9	26.04		
65.	Вывихи, ушибы, растяжения	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1	29.04		
								2	29.04		
								3	23.04		
								4	23.04		
								5	24.04		
								6	24.04		
								7	25.04		
								8	25.04		
								9	3.05		

66.	Переломы костей. Первая помощь	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	29.04 29.04 23.04 23.04 24.04 24.04 25.04 25.04 3.05		
67.	Ожоги.Обморожения. Первая помощь	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	6.05 6.05 30.04 30.04 8.05 8.05 2.05 2.05 3.05		
68	Утопление. Первая помощь	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	6.05 6.05 30.04 30.04 8.05 8.05 2.05 2.05 3.05		
69	Удушье. Отравление угарным газом. Инородные тела дыхательных путей	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	13.05 13.05 7.05 7.05 8.05 8.05 16.05 16.05 10.05		
70	Электротравма Травмы. Повреждение позвоночника	беседы, рассказы, объяснения	Каб 303		1	1	-	1 2 3 4 5 6 7 8	13.05 13.05 7.05 7.05 8.05 8.05 16.05 16.05		

								9	10.05		
71.	Первая помощь при несчастных случаях	беседы, рассказы, объяснения практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	20.05 20.05 14.05 14.05 15.05 15.05 16.05 16.05 17.05		
72.	Отравления ядовитыми растениями, грибами. Аптечка первой помощи <b>Итоговое занятие.</b> Резервы человеческого организма	практика	Каб 303		1	-	1	1 2 3 4 5 6 7 8 9	20.05 20.05 14.05 14.05 15.05 15.05 16.05 16.05 17.05		

## **Календарный учебный график(продолжительность учебного года)**

Начало учебного блока–04.09.2023 г.

Конец первого полугодия – 30.12.2023 г. – 16 недель. Начало второго полугодия–09.01.2024г.

Конец учебного блока–31мая 2024г.

Продолжительность всего учебного блока –36 недель.

### **Условия реализации программы**

Для успешной реализации программы необходимо наличие:

- Отдельного помещения (кабинет№303);
- Мебель учебная(столы, парты, стулья, доска);
- компьютерной техники для работы с электронными учебными пособиями, оформления и презентации результатов исследования (ноутбуки, мультимедийный проектор, акустическая система, проекторная доска);
- оборудование для лабораторных занятий (лабораторная посуда,реактивы,микроскопы),
- оборудование для практических занятий(иллюстративный материал, секундомер, тонометр, сантиметровая лента и т.д.),
- муляжи,модели;
- шкафы для хранения наглядных пособий, инструментов, оборудования,природных материалов;
- дидактический материал: иллюстрации,схемы, фотографии,таблицы,книги,обучающие диски,презентации по темам;
- контрольно-измерительные материалы:тестовые задания, карточки, анкеты.

Мониторинг личностного развития учащегося в процессе освоения им дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Человек и его здоровье» будет осуществляться по 4 направлениям. Каждое направление—это соответствующий блок личностных качеств.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики	
1. Организационно-волевые качества 1.1. Терпение	Способность переносить нагрузки в течение определенного времени	- Терпения хватает меньше чем на половину занятия - Терпения хватает больше чем на половину занятия - терпения хватает на все занятие	1 2 3	Наблюдение	
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	- волевые усилия побуждаются извне - иногда сам ребенком - всегда сам ребенком - постоянно находится под воздействием	1 2 3 1		
1.3. Самоконтроль	Умение Контролировать свои поступки	контроля извне - периодически контролирует себя сам - постоянно контролирует себя сам	2 3 1 2		
			3		
2. Ориентационные качества	Способность Оценивать себя	- завышенная - заниженная	1 2		Тестирование
2.1. Самооценка	Адекватно реальным достижениям	- нормальная (адекватная) - интерес к занятиям продиктован извне	3 1		Анкетирование
2.2. Интерес к занятиям	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы	- интерес периодически поддерживается самим ребенком - интерес постоянно поддерживается самим ребенком	2 3		
3. Поведенческие качества 3.1. Тип сотрудничества. Отношение к общим делам	Умение Воспринимать общие дела как свои собственные	- избегает участия в общих делах - участвует при побуждении извне - инициативен в общих делах	1 2 3		Наблюдение
4. Творческие способности	Креативность в выполнении поставленных задач	- начальный уровень репродуктивный уровень - творческий уровень	1 2 3	Анкетирование	

Критерии оценки личностного развития:

- 10–12 баллов—низкий уровень развития;
- 13–21 балл—средний уровень развития;
- 22–30 баллов—высокий уровень развития