

Министерство образования Тверской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Весьегонская средняя общеобразовательная школа»

Принята на заседании
педагогического совета
от «28» августа 2024 г.,
протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБОУ «Весьегонская СОШ»
Ю.А.Ковалец
«28» августа 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
естественно-научной направленности
«Человек и его здоровье»

Возраст учащихся: 14-15 лет
Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Полубенцева Елена Викторовна,
педагог дополнительного образования

г.Весьегонск, 2024

Оглавление

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы
 - 1.1. Пояснительная записка
 - 1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты
 - 1.3. Содержание программы

2. Комплекс организационно педагогических условий
 - 2.1. Календарный учебный график
 - 2.2. Условия реализации программы
 - 2.3. Формы аттестации
 - 2.4. Оценочные материалы
 - 2.5. Методические материалы
 - 2.6. Список литературы

1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативные правовые основы разработки ДООП:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р).
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"
- Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Положение о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе МБОУ «Весьегонская СОШ» (приказ № 32 от 31.08.2021 г.)

Актуальность:

Программа нацелена на расширение знаний учащихся в области медицины, психологии, физиологии, гигиены, санитарии, экологии и некоторых социальных вопросов, направленных на повышение адаптационных возможностей человека в современном обществе. Главная задача состоит в том, чтобы обучить детей здоровому образу жизни. Программа направлена на актуализацию потребности в самопознании, самосовершенствовании, саморазвитии и побуждению к формированию своего здоровья собственными силами. Профессиональная ориентация молодежи на этапе школьного обучения является важнейшей составной частью системы современного образования. Программа формирует активную жизненную позицию обучающихся, реализует потребности общества в решении проблем сохранения здоровья.

Содержание программы имеет особенности, обусловленные, задачами развития, обучения и воспитания учащихся, социальными требованиями к

уровню развития их личностных и познавательных качеств, психологическими возрастными особенностями учащихся.

Программа определяет пути формирования системы знаний, умений и способов деятельности, развития, воспитания и социализации учащихся.

Программа содействует сохранению единого образовательного пространства.

Здоровый образ жизни молодого поколения является залогом здоровья нации в целом.

Обучение включает в себя следующие основные предметы:

биология, основы безопасности жизнедеятельности

Вид программы: модифицированная программа

Направленность программы: естественно-научная

Адресат программы: участвующих в реализации данной образовательной программы 14-16 лет. Обучающиеся этого возраста уже имеют знания о строении и функционировании систем органов организма человека и поэтому способны выявлять причины и условия, способствующие нарушению здоровья, а также анализировать методы его восстановления. Учащиеся способны к осознанию того, что одна из самых важных проблем стоящих перед обществом – формирование здорового образа жизни.

Срок и объем освоения программы:

1 год, 36 педагогических часов, из них:

- «Базовый уровень» - 1 год, 36 педагогических часов;

Форма обучения: очная

Особенности организации образовательной деятельности: группы разновозрастные

Режим занятий:

Предмет	Базовый уровень
«Человек и его здоровье»	1 час в неделю; 36 часов в год.

1.2. Цель, задачи, ожидаемые результаты

Цель: формирование и развитие у учащихся интеллектуальных и практических умений в области анатомии, гигиены и оказания доврачебной помощи, направленных на сохранение психического, физического, нравственного здоровья, профилактическая и волонтерская работа в школе.

Задачи:

Образовательные (обучающие) - развивать познавательный интерес к предмету биология, приобретать определенные знания, умения, навыки в области гигиены и медицины; формировать теоретические знания, характерные для данного вида деятельности.

-сформировать представления о положительных и отрицательных факторах воздействия на организм человека, понимание сущности здорового образа жизни;

-способствовать формированию основ ценностного отношения к здоровью и его укреплению;

-углубить знания об инфекционных, иммунных и генетических заболеваниях, ЗПП, о нарушениях работы нервной системы; об особенностях формирования личности в семье и обществе;

- сформировать представление о рациональной организации режима учебной деятельности, отдыха, научить анализировать и контролировать свой режим дня;

- расширить понимание взаимосвязи проблем здоровья человека и негативных последствий деградации природной среды; социальных последствиях деградации духовной среды, формирование экологической культуры.

Развивающие – направлены на развитие познавательного интереса, способностей и задатков ребенка;

- развивать умения использовать теоретические знания в жизни и навыков оказания первой медицинской помощи;

-развивать умение проводить наблюдение, сравнивать, анализировать, делать выводы;

-развивать любознательность, творческий потенциал обучающихся в подготовке рефератов, сообщений, выполнении практических и исследовательских работ.

Воспитательные

-воспитывать у подростков потребность к ведению здорового образа жизни и отказе в образе жизни и поведении, наносящим вред, как своему здоровью, так и здоровью окружающих;

- воспитывать волевые качества в стремлении достижений поставленных целей, направленных на укрепление своего здоровья;

Ожидаемые результаты:

	Базовый уровень
Знать	✓ свои права при обращении в лечебное учреждение; ✓ наиболее распространенные заболевания, инфекции, их клиническая картина и профилактика; ✓ хронические заболевания: причины возникновения, клиническая картина; ✓ влияние наркотических средств (никотин, алкоголь, наркотики) на все системы организма и психику человека; ✓ основные правила гигиены; ✓ значение питательных веществ, витаминов и минеральных веществ; ✓ что такое рациональное питание; ✓ влияние отравляющих веществ на организм человека; ✓ о влиянии ближайшего окружения: домашних условий, социума на организм человека; ✓ заболевания, передающиеся половым путем; ✓ об организации поведения и психики человека; ✓ лекарственные растения и грибы, их применение, сбор, хранение; ✓ основные знания о Красном Кресте, его истории и донорство; ✓ влиянии окружающей среды на здоровье человека; мерах по улучшению качества окружающей среды.
Уметь	✓ оказать первую помощь при травмах, отравлениях и ранениях; ✓ приготовить и использовать элементарные антисептические средства; ✓ составить рацион питания; ✓ ухаживать за больным.
Владеть	✓ навыками находить информацию о организме человека и его здоровье в научно-популярной литературе, биологических словарях, справочниках, интернет ресурсе, анализировать и оценивать ее, переводить из одной формы в другую; ✓ навыкам приемы оказания первой помощи при отравлении ядовитыми грибами, ядовитыми растениями, укусах животных; уходом за больным на дому; ✓ навыкам работы в группе сверстников при решении познавательных задач связанных с изучением особенностей строения организма человека, планировать совместную деятельность, учитывать мнение окружающих и адекватно оценивать собственный вклад в деятельность группы

1.3. Содержание программы
«Человек и его здоровье»
Базовый уровень (1 год обучения)
Учебный план

Таблица 1.3.1

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Раздел 1. Оснащение санитарного поста Санитарный пост. Его цели и оснащение.	1	0,5	0,5	зачет
1.1	Раздел 2. Оказание первой медицинской помощи.	14	8	5	зачёт
2.1	Асептика и антисептика. Перевязочный материал.	1			
2.2	Виды ран и кровотечения.	1	0,5	0,5	
2.3	Наложение повязок.	2	1	1	
2.4	Ушибы, растяжение связок, вывихи. Первая помощь при них.	1	0,5	0,5	
2.5	Виды переломов.	1	1		
2.6	Первая помощь при переломах.	1		1	
2.7	Ожоги. Первая помощь при ожогах.	1	0,5	0,5	
2.8	Отморожение. Первая помощь при отморожениях.	1	0,5	0,5	
2.9	Поражение электричеством. Первая помощь.	1	0,5	0,5	
2.10	Обморок, солнечный удар, отравление угарным газом. Укус змеи. Утомление. Пищевое отравление. Первая помощь при них.	1	1		
2.11	Инфекционные заболевания и профилактика.	1	1		
2.12	Зоонозные заболевания.	1	1		
2.13	Первая помощь и профилактика зоонозные заболевания.	1	0,5	0,5	
	Раздел 3. Уход за больными на	1	0,5	0,5	

	дому Режим больного и особенности ухода.				
	Раздел 4. Личная и общественная гигиена	11	11		зачёт
4.1	Здоровье и спорт. Закаливание.	1	1		
4.2	Нарушение осанки. Плоскостопие. Профилактика.	1	1		
4.3	Здоровье и курение, алкоголь, токсикомания.	1	1		
4.4	Режим дня, питание. Его значение.	1	1		
4.5	Гигиенические требования по уходу за жильем.	1	1		
4.6	Роль белков, жиров, углеводов и витаминов.	1	1		
4.7	Аскаридоз, энтеробиоз. Профилактика.	1	1		
4.8	Бешенство. Сыпной тиф. Профилактика.	1	1		
4.9	СПИД (синдром приобретенного иммунно дефицита)	1	1		
4.10	Наркомания	1	1		
4.11	Личная гигиена.	1	1		
	Раздел 5. Лекарственные растения.	5	3,5	1,5	
5.1	Лекарственные растения.	2	1	1	
5.2	Грибы.	1	0,5	0,5	
5.3	Правила сбора и сушки.	1	1		
5.4	Настойки. Отвары. Настои. Способы их приготовления.	1	1		
	Раздел 6. История Российского общества Красного Креста	3	3		
6.1	Организация «Красный крест»	1	1		
6.2	Донорство.	1	1		

	Здоровый образ жизни.	1	1		
	Итоговое занятие.	1	0,5	0,5	Зачет
	Всего	36			

Содержание учебного плана

Раздел 1. Оснащение санитарного поста

Аптечка санитарного поста, ее содержание и назначение.

Практические работы: Комплектование санитарной сумки.

Раздел 2. Оказание первой медицинской помощи

Травма. Виды травм. Цели, порядок и время оказания первой медицинской помощи. Средства оказания первой медицинской помощи. Асептика и антисептика. Виды перевязочного материала. Повязка и перевязка. Виды повязок. Правила наложения повязок. Раны, их виды и признаки. Осложнения при ранениях. Травматический шок. Кровотечения, виды, признаки, способы остановки. Переломы, признаки. Правила наложения шин.

Практические работы: Открытый перелом нижней трети правого бедра с артериальным кровотечением. Ранение мягких тканей правого бедра. Открытый перелом костей правой голени. Проникающее ранение брюшной полости с кровотечением и ранением кишечника. Ушибы и ссадины груди и передней брюшной стенки. Проникающее ранение грудной клетки справа. Закрытый перелом правого плеча. Открытый перелом 2-3 пястных костей правой кисти. Ушибы и ссадины правой половины лица. Ожог 2 степени левой голени и стопы. Электрический ожог правой стопы 4 степени. Ожог 1-2 степени тыльной поверхности правой кисти.

Раздел 3. Уход за больными на дому

Наблюдение за дыханием, пульсом. Уход за лихорадящими больными. Постановка согревающих компрессов. Уход за инфекционными больными. Уход за кожей. Постановка горчичников, банок. Ингаляции. Смена постельного белья.

Практические работы: Умение накормить и напоить больного. Смена постельного и нательного белья. Постановка согревающих компрессов, банок, горчичников, грелок, холодных компрессов.

Раздел 4. Личная и общественная гигиена

Гигиена, основные понятия. Занятия физической культурой и спортом. Закаливание. Гигиена зубов. Вредные привычки и их влияние на организм. Режим дня. Гигиена одежды и обуви. Сбалансированное питание. Витамины. Иммуитет. Личная гигиена во время лыжных соревнований. Понятие об инфекционных болезнях. Воздушно-капельные инфекции. Аскаридоз и энтеробиоз. Кишечные инфекции. Уборка жилого помещения. Клещевой энцефалит. Бешенство. ВИЧ-инфекция. Туляремия. Сыпной тиф.

Раздел 5. Лекарственные растения. Грибы.

2.Комплекс организационно - педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

(заполнить с учетом срока реализации ДООП)

Таблица 2.1.1.

Количество учебных недель	36
Количество учебных дней	36
Продолжительность каникул	с 01.06.2025 г. по 31.08.2025 г.
Даты начала и окончания учебного года	с 01.09.2024 по 31.05.2025 г.
Сроки промежуточной аттестации	
Сроки итоговой аттестации (при наличии)	Апрель – май 2025

2.2. Условия реализации программы

Таблица 2.2.1.

Аспекты	Характеристика (заполнить)
Материально-техническое обеспечение	Занятия проходят в кабинете биологии и кабинетах «Точка роста» 1. Цифровой USB – микроскоп, 2 шт. 2. Программные продукты: Наглядная биология (1 шт), Анатомия (1 шт), Человек (1 шт) 3. Стереоскопический микроскоп Альтами СМ0745,2 шт. 4. Справочные биологические коллекции, 1 шт. 5. Лупа лабораторная, 2 шт. 6. Набор микроскопических препаратов, 1 шт. 7. Тренажер для эвакуации и оказания первой помощи «Алекс»,1 шт. 8. Анатомические модели уха (1 шт), глаза (1 шт),носа (1шт),сердца (1 шт). 9. Имитатор ранений и поражений , 1 шт.)
Информационное обеспечение	- фото - обучающие диски: ➤ Биология человека: учебные фильмы по биологии ➤ Электронный атлас Морфология человека
Кадровое обеспечение	Учитель биологии высшей категории

2.3. Формы аттестации

Формами аттестации являются:

- Зачет
- Соревнования

2.4. Оценочные материалы

Таблица 2.4.1.

Показатели качества реализации ДООП	Методики
<u>Уровень развития социального опыта учащихся</u>	Тест «Уровень социализации личности» (версия Р.И.Мокшанцева)
<u>Уровень сохранения и укрепления здоровья учащихся</u>	«Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений» под ред. М.М. Безруких
<u>Уровень теоретической подготовки учащихся</u>	тест
Оценочные материалы (указать конкретно по предметам в соответствии с формами аттестации)	Зачёт

2.5. Методические материалы

Методы обучения:

- Словесный
- Наглядный
- Объяснительно-иллюстративный
- Репродуктивный
- Игровой

Формы организации образовательной деятельности:

- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Практическое занятие
- Беседа
- Игра
- Презентация
- Мастер-класс

Педагогические технологии:

- Технология группового обучения
- Технология коллективного взаимодействия
- Технология дифференцированного обучения
- Здоровьесберегающая технология

Дидактические материалы:

- Раздаточные материалы

- Инструкции
- Образцы изделий
- Макеты и модели

2.6. Список литературы

Биология. Справочник Т.Л. Богданова, Е.А.Солодова, Москва “АСТ-ПРЕСС” 2011 г.

Колесов, Беляев, Маш: Биология. 8 класс. Человек. Учебник,

Сайты:

Литература по оказанию первой медицинской помощи.

<http://pervaya-pomoshh.net/literatura-po-okazaniyu-pervoj-meditsinskoj-pomoshhi/>

Анатомия человека - атлас <http://www.anatomcom.ru/>

**Календарно-тематическое планирование
на 2024-2025 учебный год**

	Тема	Кол-во часов	Дата	
			план	факт
1.	Раздел 1. Оснащение санитарного поста	1	02.09	
	Санитарный пост. Его цели и оснащение.			
	Раздел 2. Оказание первой медицинской помощи.	14		
2.	Асептика и антисептика. Перевязочный материал.	1	09.09	
3.	Виды ран и кровотечения.	1	16.09	
4.	Наложение повязок.	2	23.09 30.09	
5.	Ушибы, растяжение связок, вывихи. Первая помощь при них.	1	07.10	
6.	Виды переломов.	1	14.10	
7.	Первая помощь при переломах.	1	21.10	
8.	Ожоги. Первая помощь при ожогах.	1	28.10	
9.	Отморожение. Первая помощь при отморожениях.	1	11.11	
10.	Поражение электричеством. Первая помощь.	1	18.11	
11.	Обморок, солнечный удар, отравление угарным газом. Укус змеи. Утомление. Пищевое отравление. Первая помощь при них.	1	25.11	
12.	Инфекционные заболевания и профилактика.	1	02.12	
13.	Зоонозные заболевания.	1	09.12	
14.	Первая помощь и профилактика зоонозные заболевания.	1	16.12	
15.	Раздел 3. Уход за больными на дому	1	23.12	
	Режим больного и особенности ухода.			
	Раздел 4. Личная и общественная гигиена	11		
16.	Здоровье и спорт. Закаливание.	1	13.01	
17.	Нарушение осанки. Плоскостопие. Профилактика.	1	20.01	
18.	Здоровье и курение, алкоголь, токсикомания.	1	27.01	
19.	Режим дня, питание. Его значение.	1	03.02	
20.	Гигиенические требования по уходу за жильем.	1	17.02	
21.	Роль белков, жиров, углеводов и витаминов.	1	24.02	
22.	Аскаридоз, энтеробиоз. Профилактика.	1	03.03	
23.	Бешенство. Сыпной тиф. Профилактика.	1	10.03	

24.	СПИД (синдром приобретенного иммуно дефицита)	1	17.03	
25.	Наркомания	1	24.03	
26.	Личная гигиена.	1	31.03	
	Раздел 5. Лекарственные растения.	5		
27.	Лекарственные растения.	2	07.04 14.04	
28.	Грибы.	1	21.04	
29.	Правила сбора и сушки.	1	28.04	
30.	Настойки. Отвары. Настои. Способы их приготовления.	1	05.05	
	Раздел 6. История Российского общества Красного Креста	3		
31.	Организация «Красный крест»	1	12.05	
32.	Донорство.	1	19.05	
33.	Здоровый образ жизни.	1	26.05	
34.	Итоговое занятие.	1	27.05	
	Всего	36		