

Управление образованием администрации города Юрга
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы «Сибиряк» г. Юрга»

Принята на заседании
педагогического совета
протокол №1
от 31.08.2021г



Утверждаю:
Директор МБУДО
«ЦВР «Сибиряк» г. Юрга»
С. А. Шилова
Пр. № 114 от 01.09.2021г.
01.09.2021г.

Дополнительная общеобразовательная программа:
дополнительная общеразвивающая программа
«Человек и его здоровье» / >>
естественнонаучной направленности
стартового уровня
Возраст детей: 13-17 лет
Срок реализации: 1 года (144 часов)

Разработчик:
Тузовская Елена Владимировна,
педагог дополнительного образования

Юрга 2021

Содержание

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы	3
1.1 Пояснительная записка	3
Цели и задачи	6
1.2 Учебно-тематический план	9
1.3 Содержание программы	17
Раздел №2. Комплекс организационно-педагогических условий	29
2.1 Календарный учебный график	29
2.2 Условия реализации программы	35
2.3 Формы аттестации	36
2.4 Оценочные материалы	36
2.5 Методическое обеспечение программы	36
Список литературы для педагога	38
Список литературы для учащихся	39

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Направленность программы: естественнонаучная - направлена на формирование научного мировоззрения, освоение методов научного познания мира, упорядочивание объектов окружающего мира через логическое пространство, развитие исследовательских способностей в области естественных наук.

Программа основывается на ряде нормативных документов:

Закон Российской Федерации «Об образовании» (Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ);

Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 - 2025 гг. (постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642);

Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);

Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы); Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.20г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Распоряжение Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019 № 212 «О внедрении системы персонифицированного дополнительного образования на Территории Кемеровской области»;

Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области от 05.04.2019 № 740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования»;

Закона «Об образовании в Кемеровской области» редакция от 03.07.2013 №86-ОЗ;

Локальных актов МБУДО «ЦВР «Сибиряк» г.Юрги» (устав, учебный план, Правила внутреннего трудового распорядка, инструкции по технике безопасности и др.).

Актуальность. Программа направлена на формирование здорового образа жизни подростков, адаптации в окружающей среде, расширении и углублении знаний обучающихся о приемах сохранения здоровья, преодолении зависимости вредных привычек. Здоровый человек живет полноценной жизнью. Бывает, что человек теряет здоровье, поскольку имеет недостаточные знания о причинах, распространении и последствиях инфекционных заболеваний; не обладает достаточными знаниями оказания первой медицинской помощи. Курс помогает сформировать необходимость в здоровом образе жизни, правильном питании, режиме дня, сохранении физического и психического здоровья, поскольку все это может стать причиной развития таких заболеваний среди подростков, как ожирение, сахарный диабет, язва и

гастрит, сердечно-сосудистые заболевания, анорексия, почечная недостаточность, психические расстройства, обусловленные перестройкой пубертатного периода и началом половой жизни. Состояние здоровья подростков в современных условиях - число здоровых подростков как младшего (10-14 лет), так и старшего возраста (15-17 лет) не превышает 2-9%! Программа учитывает возрастные особенности и опирается на наиболее значимые аргументы здорового образа жизни подростков, помогая в социальной адаптации.

Помимо биологических особенностей организма человека, программа включает в себя изучение психических, эмоционально-волевых особенностей человека. Формы, методы обучения способствуют повышению информационной компетенции, развитию познавательных интересов, а, возможно и формированию профессиональной направленности.

Формы и режим занятий.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Человек и его здоровье" реализуется в очной форме.

Занятия включают в себя следующие формы организации деятельности:

- 1) фронтальная, все одновременно выполняют общую для всех работу, обсуждают, сравнивают, обобщают результаты (семинары, экскурсии, урок-викторина, интегрированные уроки, познавательные игры)
- 2) групповая, создание групп по 3-6 человек для решения конкретных учебных задач (практические работы, лабораторные работы, семинарские и зачетные работы)
- 3) индивидуальная, каждый получает задание для самостоятельного выполнения, специально подобранное для конкретного обучающегося в соответствии с его подготовкой и учебными возможностями (тестирование, творческая работа, анкетирование, исследовательская работа, проект)

Вместе с активными формами и методами обучения используются и традиционные формы образовательной деятельности.

Все используемые формы и методы обучения направлены на стимулирование и активизацию познавательного интереса обучающихся, формирование творческих умений и навыков.

Отличительными особенностями данной программы являются следующие элементы: она объединила в себе теоретические сведения из области анатомии, физиологии, гигиены, медицины, психологии, медицины. При разработке программы конкретизированы и дополнены некоторые разделы - "Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы", "Распространенные хронические заболевания". Углублено понимание следующих тем программы - "Заболевания, связанные с вредными привычками", "Гигиена питания и быта", "Инфекционные заболевания". Расширены методы и организационные формы реализации предлагаемого материала по формированию здорового образа жизни.

Адресат программы: программа рассчитана для работы с детьми среднего и старшего школьного звена (13-17 лет) в течении 1 года обучения. Оптимальное число обучающихся -15 человек.

Объем программы, срок освоения: программа рассчитана на 144 часа в год.

Форма обучения: очная.

Уровень сложности программы – стартовый.

Организация образовательного процесса: групповой, индивидуальный, разновозрастной состав группы.

Режим занятий: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительностью 45 минут.

Педагогическая целесообразность дополнительной образовательной общеразвивающей программы.

Программа позволяет ориентироваться на интересы обучающихся, позволяет решать важные учебные задачи, углубляя, расширяя и систематизируя знания; помогает понять, что здоровье человека - это достояние всего общества и необходимо бережно относиться как к своему здоровью, так и здоровью окружающих, что здоровье напрямую зависят от факторов окружающей среды. Программа разработана с учетом современных образовательных технологий, отражающаяся в:

- принципах обучения, а именно, учета психолого-возрастных особенностей обучающихся, гуманизации, доступности, преемственности, результативности;
- формах и методах обучения - объяснительно-иллюстративные (лекции, беседы, работа с иллюстрационным и статистическим материалом); репродуктивные (тестовые задания, задания по алгоритму, воспроизведение изученного теоретического материала); проблемного изложения (проблемное изложение, создание проблемной ситуации, эвристическая беседа); исследовательские (доклады, сообщение, составление кроссвордов, наблюдения);

- методах контроля и управления образовательным процессом - тестирование, анализ, анкетирование, беседа, практические и экспериментальные занятия;

- средствах обучения (модели, макеты, таблицы, приборы, аппараты, компьютер, интерактивная доска, проектор, учебные пособия, справочники и т.д.

Цель программы:

Формирование у обучающихся представлений об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих, а так же основ критического мышления по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленных на сохранение психического, физического, нравственного здоровья.

Задачи программы:

обучающие:

- 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:

- развивать у подростков чувство ответственности за экологические состояние окружающей среды, навыки бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- 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;
- воспитывать экологическую культуру и бережное отношение ко всему живому как главной ценности на Земле, стремлении жить в гармонии с собой и людьми в окружающем мире.

В процессе и по окончании изучения курса, у обучающихся вырабатываются понятия и навыки познания своей личности, возможностей своего характера, способности воспроизводить нужную информацию о наследственности и здоровье, противостоять вредным привычкам, стрессовым ситуациям, умении правильно вести себя в той или иной ситуации, оказывать первую помощь.

Ожидаемые результаты и способы их проверки.

Требования к результатам освоения учебного курса "Человек и его здоровье" определяются ключевыми задачами программы, которые отражают индивидуальные, общественные потребности и включают в себя предметные, личностные и метапредметные результаты освоения курса.

Предметные результаты обучения

- объяснять некоторые наблюдаемые процессы в своем организме;
- называть основные правила здорового образа жизни, факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье;
- объяснять благотворное влияние на организм физкультуры и спорта;
- использовать знания психологии о типах темперамента, эмоциях, воле для эффективного общения.
- выявлять причины нарушения осанки и развития плоскостопия;
- оказывать первую помощь при травмах;
- применять знания для рационального составления режима дня, правил рационального питания, гигиены;
- называть симптомы распространенных заболеваний;

- объяснять роль основных функций организма (питание, выделение, дыхание) в обеспечении нормальной жизнедеятельности организма;

Личностные результаты обучения.

- понимать значимость обучения, правильного и осознанного выбора будущей профессии;

- уметь вырабатывать собственные ответы на жизненные вопросы с учетом многообразия типов мировоззрения, общественных, культурных традиций, религиозных мировоззрений, которые ставит личный жизненный опыт;

- умение слушать, вести диалог, эмоционально- положительно относиться к окружающим людям, учиться выбирать стиль поведения, обеспечивающий безопасность жизни и здоровья себя и окружающих;

- учиться уметь противостоять ситуациям, провоцирующим на поступки, которые могут угрожать жизни и здоровью;

- умение реализовывать обучающимися теоретические знания на практике;

- понимание ценности здорового образа жизни и отказа от вредных привычек;

- умение признавать право другого человека на собственное мнение, а так же умение отстаивать свою точку зрения.

Метапредметные результаты обучения (формирование универсальных учебных действий)

Регулятивные УУД

- самостоятельно формулировать проблему в ходе учебной деятельности;

- выдвигать различные варианты решения проблемы, выбирать из предложенных решений проблем нужные средства для достижения цели;

- составлять порядок (схему) решения проблемы (исследовательская работа, написание рефератов, составление проектов);

- использовать для решения проблем основные и дополнительные средства обучения;

- планировать свою образовательную деятельность;

- пользоваться критериями оценок и самооценок, исходя из целей, задач, давать оценку результатам своей работы;

- самостоятельно находить и осознавать причины достижения результата, либо находить способы разрешения неуспешного решения проблемы;

- давать оценку личностным качествам, чертам характера, уметь определять направления своего развития.

Познавательные УУД

- строить логическое рассуждение с установлением причинно-следственных связей;

- анализировать, сравнивать, обобщать понятия в ходе изучения учебного материала;

- предоставлять полученную информацию в виде конспектов, рефератов, таблиц, графиков, диаграмм;

- преобразовывать информацию из одного вида в другой и выбирать оптимальную форму предоставления информации для себя и окружающих;

- понимать позицию другого человека, различая точку зрения, аргументы, теории, гипотезы в речи оппонента, используя приемы слушания и различные виды чтения;

- соблюдать правила информационной безопасности, уметь использовать различные технологии (компьютерные и коммуникационные) для достижения поставленных целей.

Коммуникативные УУД

- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие для определения целей, задач, распределения функций участников, способов сотрудничества;
- отстаивать свою точку зрения, приводя доказательства;
- уметь перефразировать свою мысль, с полнотой и точностью выражать мысли в соответствии с условиями коммуникации;
- понимать точку зрения другого человека, управление поведением оппонента- умение договариваться с людьми иных позиций;
- выявление, распознавание конфликта, поиск способов разрешения конфликтов и их реализация.

1.2 Учебно-тематический план

№	Название разделов	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
1	Введение.	1	0,5	0,5	Наблюдение
2	Человек и биосфера.	6	2	4	
2.1	Понятие о среде. Факторы среды.		1	-	Тест
2.2	Экологические последствия появления человека на земле.		-	1	Практическое задание
2.3	Современное состояние окружающей среды.		-	1	Практическое задание
2.4	История взаимоотношений человека и природы.		-	1	Решение ситуационных задач
2.5	Природно-очаговые заболевания.		1	-	Тест
2.6	Экологические кризисы охраны природы.		-	1	Практическое задание
3	Социальная медицина.	4	2	2	
3.1	Демографическое состояние здоровья населения России. Медицинская		1	-	Тест

	статистика.				
3.2	Гигиена и экология. Факторы, определяющие здоровье человека.		-	1	Решение ситуационных задач
3.3	Финансирование медицинских учреждений. Инвалидность, донорство, квоты.		1	-	Решение ситуационных задач
3.4	Понятие о качестве жизни. Закономерности географической изменчивости организма человека.		-	1	Решение ситуационных задач
4	Некоторые экологически обусловленные заболевания.	10	4	6	
4.1	Экологические факторы негативного воздействия на человека искусственной окружающей среды.		2	-	Тест
4.2	Заболевания, связанные с загрязнением воздуха.		-	2	Практическое задание
4.3	Заболевания, связанные с загрязнением питьевой воды.		-	2	Решение ситуационных задач
4.4	Заболевания, связанные с физическими загрязнениями окружающей среды.		2	-	Тест

4.5	Социальная гигиена.		-	2	Решение ситуационных задач
5	Инфекционные заболевания.	18	8	10	
5.1	Причины инфекционных заболеваний. История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями.		2	-	Решение ситуационных задач
5.2	Иммунитет. История открытия иммунитета. Виды иммунитета.		-	2	Решение ситуационных задач
5.3	Вирусы, строение, пути проникновения.		2	-	Тест
5.4	Вирусные заболевания.		-	2	Практическое задание
5.4	СПИД- болезнь века.		-	2	Решение ситуационных задач
5.6	Вирусные заболевания пищеварительной системы.		2	-	Тест
5.7	Бактериальные кишечные инфекции.		2	-	Тест
5.8	Инфекционные заболевания дыхательной системы.		-	2	Практическое задание
5.9	Заболевания кожи.			2	Решение ситуационных задач
6	Наиболее распространенные хронические заболевания.	10	4	6	
6.1	Заболевания органов крови.		-	2	Практическое задание
6.2	Заболевание органов		-	2	Практическое задание

	кровообращения.				
6.3	Хронические заболевания пищеварительной системы.		2	-	Тест
6.4	Заболевания мочевыделительной системы		2	-	Тест
6.5	Что мы знаем о хронических заболеваниях.		-	2	Решение ситуационных задач
7	Экстремальные ситуации. Оказание первой помощи.	8	4	4	
7.1	Первая помощь при травмах ОПС.		1	1	Решение ситуационных задач
7.2	Повреждения кожи.		1	1	Решение ситуационных задач
7.3	Виды кровотечений		1	1	Решение ситуационных задач
7.4	Итоговое занятие		1	1	Практическое задание
8	Заболевания, связанные с вредными привычками.	10	4	6	
8.1	Виды вредных привычек. Курение.		-	2	Практическое задание
8.2	Алкоголь и его влияние на организм.		-	2	Практическое задание
8.3	Наркотики. Виды наркотиков. Влияние на организм.		2	-	Практическое задание
8.4	Токсикомания		2	-	Практическое задание
8.5	Здоровый образ жизни. Факторы, сохраняющие здоровье.		-	2	Решение ситуационных задач
9	Гигиена питания.	12	6	6	

9.1	Пища. Питательные вещества. Обмен веществ в разном возрасте.		2	-	Тест
9.2	Витамины.		2	-	Тест
9.3	Теория рационального сбалансированного питания.		2	-	Решение ситуационных задач
9.4	Сбалансированность витаминов и минеральных веществ и питания как одно из условий рационального питания и повышения устойчивости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.		-	2	Практическое задание
9.5	Культура питания. Энергетическая ценность. Диеты.		-	2	Практическое задание
9.6	Пищевые продукты-аллергены.		-	2	Практическое задание
10	Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы.	18	8	10	
10.1	Заболевания, передающиеся половым путем.		2	-	Тест
10.2	Профилактика заболеваний ЗПП		-	2	Решение ситуационных задач
10.3	Контрацепция. Аборты. Опасность абортов для здоровья		-	2	Практическое задание

	женщины.				
10.4	Беременность. Гигиена беременности. Последствия ранней беременности.		2	-	Практическое задание
10.5	Генетика и наследственные заболевания.		2	-	Тест
10.6	Планирование семьи и задачи, стоящие перед генетикой.		-	2	Решение ситуационных задач
10.7	Гигиена мужчины и женщины		2	-	Практическое задание
10.8	Функциональные признаки полового воспитания.		-	2	Практическое задание
10.9	Взаимоотношение полов.		-	2	Решение ситуационных задач
11	Поведение и психика.	28	12	16	
11.1	Физиология ВНД		2	-	Практическое задание
11.2	Физиологическая организация мозга.		2	-	Тест
11.3	Потребности и мотивы поведения. Виды потребностей.		-	2	Решение ситуационных задач
11.4	Изменчивость поведения.		-	2	Решение ситуационных задач
11.5	Ощущение. Сенсорная адаптация.		2	-	Решение ситуационных задач
11.6	Характер восприятия.		-	2	Решение ситуационных задач
11.7	Внимание. Воображение.		2	-	Решение ситуационных задач
11.8	Память. Значение памяти для формирования		2	-	Решение ситуационных задач

	мыслительной деятельности и поведения.				
11.9	Физиологические аспекты памяти.		-	2	Решение ситуационных задач
11.1 0	Мышление и речь.		-	2	Решение ситуационных задач
11.1 1	Эмоции. Типы эмоциональных состояний.		-	2	Решение ситуационных задач
11.1 2	Личность. Задатки личности. Талант, развитие способностей.		2	-	Решение ситуационных задач
11.1 3	Темперамент и характер.		-	2	Решение ситуационных задач
11.1 4	Волевые качества личности.		-	2	Решение ситуационных задач
12	Человек в обществе.	6	2	4	
12.1	Общение. Средства общения.		2	-	Решение ситуационных задач
12.2	Конфликты. Виды конфликтов.		-	2	Решение ситуационных задач
12.3	Формирование поведения, ориентированного на успех.		-	2	Решение ситуационных задач
13	Оказание первой медицинской помощи	6	-	6	
13.1	Действия спасателя при пожаре. Первая помощь при ожогах.			1	Практическое задание
13.2	Обморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.			1	Практическое задание
13.3	Первая помощь			1	Практическое задание

	при утомлении.				
13.4	Первая помощь при отравлениях и обмороках			1	Практическое задание
13.5	Первая помощь при укусах змей и клещей			1	Практическое задание
13.6	Первая помощь при солнечных и тепловых ударах			1	Практическое задание
14	Доврачебная помощь	3	-	3	
14.1	Обезболивающие средства, антидоты при отравлениях. Предупреждение . асфиксии			1	Решение ситуационных задач
14.2	Временная остановка наружного кровотечения			1	Практическое задание
14.3	Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность			1	Практическое задание
15	Зеленая аптека. Лекарственные травы	2	1	1	Практическое задание
16	Итоговое занятие	2	-	2	Решение ситуационных задач
	Итого	144			

1.3 Содержание программы.

Раздел 1. Введение. 1 час

Теория. Общее знакомство с курсом "Человек и его здоровье". Роль физиологии в развитии науки.

Практика. Анкетирование "Что мы знаем о здоровье человека".

Раздел 2. Человек и биосфера. 6 ч

Тема 2.1. Понятие о среде. Факторы среды.

Теория. Термин "среда", применение в узком и широком смысле. Факторы среды и их классификация.

Тема 2.2. Экологические последствия появления человека на земле.

Теория. Экологические последствия деятельности человека. Виды экологических проблем.

Практика. Презентация "Как человек изменил Землю".

Тема 2.3. Современное состояние окружающей среды.

Теория. Современное состояние экологии России. Самые грязные города. Регионы с критической экологической ситуацией.

Практика. Практическая работа "Оценка биологического возраста человека".

Тема 2.4. История взаимоотношений человека и природы.

Теория. Этапы истории взаимоотношений человека и природы. Антропогенные факторы и их влияние.

Практика. Практическая работа "Антропогенные факторы среды и их влияние на человека".

Тема 2.5. Природно-очаговые заболевания.

Теория. Понятие природно-очаговых заболеваний и их особенность. Виды природно-очаговых заболеваний.

Тема 2.6. Экологические кризисы охраны природы.

Теория. Понятие "экологический кризис", причины, особенности.

Практика. Презентация "Проблемы окружающей среды", "Проблемы природопользования" (текущий контроль)

Раздел 3. Социальная медицина. 4 ч

Тема 3.1 Демографическое состояние здоровья населения России. Медицинская статистика".

Теория. Демографическая ситуация в России, состояние здоровья населения. Медицинская демография.

Тема 3.2 Гигиена и экология. Факторы, определяющие здоровье человека.

Теория. Общая гигиена и экология здоровья. Некоторые факторы экологии и гигиены, определяющие здоровье.

Практика. Практическая работа "Выявление экологически опасных факторов воздействия"

Тема 3.3 Финансирование медицинских учреждений. Инвалидность, донорство, квоты.

Теория. Министерства, в ведомстве которых находятся вопросы финансирования медицинских учреждений. Порядок получения льготного места в клинике. Количество квот, определенных для каждого медицинского учреждения. Инвалидность, присвоение, льготы.

Тема 3.4 Понятие о качестве жизни. Закономерности географической изменчивости организма человека.

Теория. Закономерности географической изменчивости морфологических и физиологических признаков у человека. Уровень питания, определяющий закономерности роста и развития организма.

Практика. Практическая работа "Определение обеспеченности организма витаминами и микроэлементами".

Раздел 4. Некоторые экологически обусловленные заболевания. 10 ч

Тема 4.1 Экологические факторы негативного воздействия на человека искусственной окружающей среды.

Теория. Экологические абиотические факторы и их воздействие на организм человека. Примеры негативного воздействия на организм.

Тема 4.2 Заболевания, связанные с загрязнением воздуха.

Теория. Заболевания, связанные с загрязнением воздуха- бронхиты, астма, аллергические дерматиты, сердечно- сосудистые заболевания, симптомы, первая помощь.

Практика. Практическая работа "Расчетная оценка выбросов вредных веществ в воздух от автотранспорта".

Тема 4.3 Заболевания, связанные с загрязнением питьевой воды.

Теория. Заболевания, связанные с загрязнением питьевой воды- мочекаменная болезнь, сердечно- сосудистые заболевания, отравления. Симптомы заболеваний, первая помощь.

Практика. Практическая работа "Исследование качества питьевой воды".

Тема 4.4 Заболевания, связанные с физическими загрязнениями окружающей среды.

Теория. Заболевания, связанные с физическими загрязнениями окружающей среды - нервные заболевания, сердечно- сосудистые, онкологические. Виды, симптомы, первичная диагностика.

Тема 4.5 Социальная гигиена.

Теория. Понятие социальной гигиены, как науки, взаимосвязь с другими науками. Социальная гигиена и организация здравоохранения.

Практика. Практическая работа "Санитарно-гигиеническая оценка рабочего места".

Раздел 5. Инфекционные заболевания. 18 ч

Тема 5.1 Причины инфекционных заболеваний. История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями.

Теория. Инфекционные заболевания, понятие, виды, причины. История развития борьбы человечества с инфекционными заболеваниями. Периоды инфекционного заболевания, инкубационный период, выздоровление.

Тема 5.2 Иммунитет. История открытия иммунитета. Виды иммунитета. Теория. История изучения иммунитета. История становления науки иммунологии, роль ученых (И.И. Мечников, Р. Кох, П. Эрлих, Л.Пастер) в развитии знаний. Иммунитет, виды. Иммуниная система.

Практика. Исследовательская работа "Иммунитет на страже здоровья".

Тема 5.3 Вирусы, строение, пути проникновения.

Теория. Вирусы, разновидности, строение вирусов. Пути проникновения в организм. История изучения вирусов и становление науки вирусологии..

Тема 5.4 Вирусные заболевания.

Теория. Вирусные заболевания - оспа, грипп, корь, краснуха, герпес. Симптомы заболеваний, профилактические мероприятия. Разработка вакцины.

Практика. Презентация "Вирусные заболевания"

Тема 5.5 СПИД- болезнь века.

Теория. Общая характеристика ВИЧ и СПИД, пути передачи. ВИЧ-инфекция, стадии. СПИД и причина его возникновения. Основные формы и методы профилактики ВИЧ-инфекции - профилактика передачи половым путем, при переливании крови, профилактика передачи от матери к ребенку.

Практика. Презентация "СПИД- болезнь века".

Тема 5.6 Вирусные заболевания пищеварительной системы.

Теория. Вирусные заболевания органов пищеварения -энтеровирус, ротавирус, коронавирус . Симптоматика, пути проникновения, первая помощь.

Профилактика заболеваний. Диетическое питание при лечении заболеваний.

Тема 5.7 Бактериальные кишечные инфекции.

Теория. Бактериальные кишечные инфекции -сальмонеллез, холера, дизентерия, брюшной тиф, паратиф, ботулизм. Пути заражения. Симптомы, первая помощь, профилактика заболеваний. Диетическое питание при лечении заболеваний.

Практика. Работа с наглядными пособиями, дополнительной литературой, беседа.

Тема 5.8 Инфекционные заболевания дыхательной системы.

Теория. Инфекционные заболевания дыхательной системы - туберкулез, ОРВИ, грипп. Причины заболеваний, симптомы, первичная диагностика, доврачебная помощь.

Тема 5.9 Заболевания кожи.

Теория. Кожные заболевания, вызванные микроорганизмами. Причины заболевания Стафилококковые, стрептококковые, туберкулезные и смешанные заболевания. Симптомы, первая помощь.

Практика. Групповая работа "Распознавание кожных болезней, вызываемых микроорганизмами"

Раздел 6. Наиболее распространенные хронические заболевания. 10 ч

Тема 6.1 Заболевания органов крови.

Теория. Форменные элементы крови. Постоянство состава крови.

Свертываемость крови. Воспалительная реакция. Анемия, виды анемии - железodefицитные, витаминodefицитные, белковodefицитные.

Практика. Практическая работа "Изучение анализа крови"

Тема 6.2 Заболевание органов кровообращения.

Теория. Болезни органов кровообращения - ишемическая болезнь сердца, стенокардия, гипертония, инфаркты. Симптомы заболевания органов кровообращения - одышка, боль в области груди, сердцебиение, цианоз, отеки, увеличение ЧСС. Профилактика заболеваний.

Практика. Практическая работа "Подсчет пульса. Измерение артериального давления".

Тема 6.3 Хронические заболевания пищеварительной системы.

Теория. Хронические заболевания пищеварительной системы- гастрит, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, заболевания желчевыделительной системы. Симптомы заболеваний и их профилактика.

Тема 6.4 Заболевания мочевыделительной системы.

Теория. Заболевания мочевыделительной системы - пиелонефрит, цистит, гломерулонефрит, уретрит. Симптомы заболеваний. Причины заболеваний. Меры профилактики.

Тема 6.5 Что мы знаем о хронических заболеваниях.

Практика. Тестирование "Что мы знаем о хронических заболеваниях".

Раздел 7. Экстремальные ситуации. Оказание первой помощи. 8ч

Тема 7.1 Первая помощь при травмах ОПС.

Теория. Состав и строение ОПС. Виды травм опорно-двигательного аппарата.

Причины травматизма. Переломы, вывихи, растяжения. Виды переломов.

Предупреждение травматизма. Охрана труда.

Практика. Практическая работа "Оказание первой помощи при травмах опорно-двигательной системы"

Тема 7.2 Повреждения кожи.

Теория. Нарушение кожных покровов, причины повреждения. Ожоги, степени ожогов, оказание первой помощи при ожогах. Обморожения, степени обморожения. Оказание первой помощи при обморожениях.

Практика. Практическая работа "Оказание первой помощи при обморожениях и ожогах"

Тема 7.3 Виды кровотечений.

Теория. Виды кровотечений особенности разного вида кровотечений. Меры первой доврачебной помощи при разных видах кровотечения. Осложнения кровотечений.

Практика. Практическая работа "Первая помощь при различных видах кровотечений".

Тема 7.4 Итоговое занятие.

Практика. Итоговое игровое занятие "Врач-пациент".

Раздел 8. Заболевания, связанные с вредными привычками. 10 ч

Тема 8.1 Виды вредных привычек. Курение.

Теория. Понятие вредных привычек. Основные группы вредных привычек.

Курение-миф и реальность. Влияние курения на организм человека- анемия, сердечно-сосудистые заболевания, ухудшение памяти, внимания, сбои в работе пищеварительной системе. Влияние на будущее потомство.

Практика. Дискуссия на тему "Курение и материнство"

Тема 8.2 Алкоголь и его влияние на организм.

Теория. Алкоголь и его влияние на физическое и психическое здоровье.

Причины употребления алкоголя. Лечение алкоголизма.

Практика. Проблемная дискуссия на тему "Алкоголизм, его последствия и предупреждение".

Тема 8.3 Наркотики. Виды наркотиков. Влияние на организм.

Теория. Наркотики. Классификация наркотиков. Наркотическая зависимость, ее последствия. Влияние разрушающего действия наркотиков на организм человека.

Тема 8.4 Токсикомания.

Теория. Токсикомания, понятие, виды токсикомании. Подростковая токсикомания, причины и последствия.

Тема 8.5 Здоровый образ жизни. Факторы, сохраняющие здоровье.

Теория. Понятие ЗОЖ, факторы, сохраняющие здоровье. Оздоровительные системы. Влияние вредных привычек на физическое и психическое здоровье.

Практика. Занятие с элементами психологического тренинга. Моделирование ситуации "Зависимость успешности человека от его образа жизни".

Раздел 9. Гигиена питания. 12 ч

Тема 9.1 Пища. Питательные вещества. Обмен веществ в разном возрасте.

Теория. Питательные вещества, белки, жиры, углеводы. Рациональное питание. Состав пищи.

Тема 9.2 Витамины.

Теория. Витамины, группы витаминов - водорастворимые и жирорастворимые, примеры. Биологическая роль витаминов. Содержание витаминов в пищевых продуктах, способы сохранения витаминов в пище. Авитаминоз, гиповитаминоз, причины, симптомы.

Тема 9.3 Теория рационального сбалансированного питания.

Теория. Современное представление о рациональном и полноценном питании. Положения теории рационального питания. Пища, характер питания и их влияние на биологические характеристики организма человека - рост, развитие, состояние всех возрастных групп, функции органов и систем, темпы старения, продолжительность жизни. Отступление от сбалансированного питания, положительные и отрицательные стороны соблюдения религиозных постов.

Тема 9.4 Сбалансированность витаминов и минеральных веществ в питании как одно из условий рационального питания и повышения устойчивости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.

Теория. Сбалансированность витаминов, минеральных веществ как одно из условий рационального питания. Понятие режима питания. Правильный суточный рацион человека. Гигиенические принципы питания работников умственного и физического труда. Изучение и анализ состояния питания при последовательной оценке: 1) фактического питания 2) состояния здоровья 3) экологического статуса. Методы изучения питания. Анализ и оптимизация оптимального питания.

Практика. Практическая работа "Рациональное питание. Режим питания. Рацион моего питания".

Тема 9.5 Культура питания. Энергетическая ценность. Диеты.

Теория. Культура питания, ее значение и роль в формировании здорового образа жизни. Питательные вещества, их энергетическая ценность.

Калорийность пищевых продуктов. Калорийность суточного рациона.

Потребности человека в пищевых веществах от энергетических затрат. Пища-источник энергии для работы всех систем организма, обновления тканей.

Практика. Практическая работа "Составление суточного рациона для разных возрастных групп населения и их физиологическая оценка".

Тема 9.6 Пищевые продукты-аллергены.

Теория. Пищевая непереносимость, виды реакций на пищу. Понятие аллергия, аллергены. Формы пищевой непереносимости. Что лежит в основе аллергических реакций. Факторы, способствующие пищевой аллергии.

Особенности пищевой аллергии. Аллергические состояния.

Практика. Практическая работа "Составление суточного рациона в связи с указанной лечебной диетой".

Раздел 10. Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы. 18 ч

Тема 10.1 Заболевания, передающиеся половым путем.

Теория. Основные инфекции, передаваемые половым путем - сифилис, гонорея, трихомониаз, хламидиоз, мочеполовой кандидоз (молочница), гарднереллез, генитальный герпес. Основные симптомы заболеваний, последствия.

Тема 10.2 Профилактика заболеваний ЗПП

Теория. Последствия заболеваний инфекциями, передающимися половым путем, влияние на организм и будущее поколение. Профилактика заболеваний. Культура полового воспитания.

Практика. Консультация "Как защитить себя от ИПП. Культура полового воспитания".

Тема 10.3 Контрацепция. Аборты. Опасность абортов для здоровья женщины.

Теория. Контрацепция- альтернатива аборту. Виды контрацепции. Опасность первых абортов для здоровья женщин. Последствия абортов для женского здоровья в целом. Профилактика абортов.

Практика Проблемная дискуссия "Опасность абортов для здоровья женщин".

Тема 10.4 Беременность. Гигиена беременности. Последствия ранней беременности.

Теория. Гигиена беременной женщины- основные принципы и важность соблюдения. Гигиена питания, уход за телом, выбор одежды, уход за зубами, душевная гигиена беременной.

Тема 10.5 Генетика и наследственные заболевания.

Теория. Генетика в России. Хромосомная генетическая карта человека. Геном человека. Виды генетических обследований. Генетические заболевания и методы их исследования.

Тема 10.6 Планирование семьи и задачи, стоящие перед генетикой.

Теория. Планирование семьи и репродуктивное здоровье. Для чего нужно планирование семьи. Важность планирования семьи. Центры медико-генетического консультирования в России.

Практика. Практическая работа "Основные этапы планирования семьи и их характеристика".

Тема 10.7 Гигиена мужчины и женщины

Теория. Значение личной гигиены в жизни человека. Гигиена мужчины и женщины. Воспитание культуры половой жизни. Важность профилактических медицинских осмотров.

Тема 10.8 Функциональные признаки полового воспитания.

Теория. Содержание полового воспитания. Сексуальное воспитание, направленное на оптимизацию формирования сексуально-эротических ориентаций и сексуального сознания.

Практика. Дискуссия "Психосексуальное развитие подросткового и юношеского возраста"

Тема 10.9 Взаимоотношение полов.

Теория. Формирование полового поведения. Качество мужественности и женственности. Аспекты родословной, перспективы физиологического и социального развития ребенка в семье. Роль родителей.

Практика. Проблемная дискуссия "Связь людей в семье и их социальные и семейные роли".

Раздел 11. Поведение и психика. 28 ч

Тема 11.1 Физиология ВНД

Теория. Высшая нервная деятельность. Роль Павлова И.И., Сеченова И.М, Ухтомского А., Бехтерева В.М. в становлении науки о ВНД. Врожденное поведение. Безусловные рефлексы. Инстинкты. Индивидуальные различия ВНД.

Тема 11.2 Физиологическая организация мозга.

Теория. Условные рефлексы, взаимодействие процессов возбуждения и торможения, протекающих в коре больших полушарий мозга. Закономерности условно-рефлекторной деятельности. Приобретенные формы поведения. Применение компьютерной полиграфии для диагностики. Компьютерная томография. Полиграфическая регистрация речевых, двигательных электроэнцефалографических вегетативных реакций.

Тема 11.3 Потребности и мотивы поведения. Виды потребностей.

Теория. Понятие потребность, виды потребностей по характеру, содержанию, происхождению. Понятие дискомфорта. Мотив, типы мотивов.

Практика. Анкетирование "Наши потребности".

Тема 11.4 Изменчивость поведения.

Теория. Изменчивость поведения, связанная с различной экспрессивностью признаков. Степень изменчивости поведения человека в аналогичных ситуациях. Генетическая изменчивость, которая может влиять на поведение человека.

Практика. Дискуссия "Проблемы возрастной устойчивости и изменчивости личности".

Тема 11.5 Ощущение. Сенсорная адаптация.

Теория. Понятие сенсорной адаптации. В чем выражается адаптация. Взаимодействие ощущений. Сенсибилизация- повышение чувствительности органов в результате взаимодействия анализаторов и упражнений.

Тема 11.6 Характер восприятия.

Теория. Понятие восприятия. Физические раздражители и органы чувств. Свойства восприятия. Избирательность восприятия. Целостность восприятия. Иллюзии. Предмет восприятия. Осмысленность восприятия.

Практика. Практическая работа "Виды и свойства восприятия".

Тема 11.7 Внимание. Воображение.

Теория. Понятие воображения. Типы представлений воображения. Агглютинация. Акцентирование. Типизация. Типы воображения. Внимание. Переключение и распределение внимания. Пути совершенствования внимания. Внешнее и внутреннее внимание. Классификация внимания на основе волевой регуляции - произвольное, произвольное, после-произвольное. Причины возникновения тех или иных видов внимания.

Тема 11.8 Память. Значение памяти для формирования мыслительной деятельности и поведения.

Теория. Память. Виды памяти в зависимости от условий возникновения - наследуемая (генетическая) и ненаследуемая (индивидуальная). Виды памяти в зависимости от форм проявления - иммунная нервная. осознаваемые и неосознаваемые виды памяти. Виды сознательной памяти - образная, моторная, словесно-логическая, эмоциональная. Память по периоду хранения информации - сенсорная, долговременная и кратковременная.

Тема 11.9 Физиологические аспекты памяти.

Теория. Виды памяти, способы улучшения памяти. Распознавание с помощью тестов видов памяти.

Практика. Практическая работа "Исследование преобладающего типа запоминания".

Тема 11.10 Мышление и речь.

Теория. Мышление - высший познавательный процесс в сознании человека причинно-следственных связей и отношений между предметами и явлениями окружающего мира. Анализ и синтез. Сравнение. Абстракция. Обобщение. Конкретизация. Систематизация. Методы мышления - индукция, дедукция, аналогия. Виды мышления. Ум. Интеллект. Речь. Функции речи.

Практика. Практическая работа "Методы выявления развитости свойств мышления".

Тема 11.11 Эмоции. Типы эмоциональных состояний.

Теория. Эмоции и чувства. Фундаментальные эмоции - интерес, радость, удивление, страдание, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд, вина.

Практика. Практическая работа "Роль эмоций в межличностных отношениях".

Тема 11.12 Личность. Задатки личности. Талант, развитие способностей.

Теория. Личность. Структура личности. Индивид, индивидуальность, личность. Самосознание, самооценка. Становление личности. Способности, виды способностей. Учебные и творческие способности. Одаренность. Типы одаренности. Талант.

Тема 11.13 Темперамент и характер.

Теория. Темперамент и характер, основные различия. Взаимосвязь характера и темперамента. Типы темперамента- флегматик, холерик, меланхолик, сангвиник. Свойства характера и темперамент.

Практика. Практическая работа "Определение типа темперамента"

Тема 11.14 Волевые качества личности.

Теория. Волевые качества личности : целеустремленность, решительность, выдержка, терпеливость, смелость, энергичность, инициативность, настойчивость, принципиальность, организованность, дисциплинированность, самоконтроль. Способы развития волевых качеств.

Практика. Тренинг "Формирование эмоционально-волевой сферы".

Раздел 12. Человек в обществе. 6 ч

Тема 12.1 Общение. Средства общения.

Теория. Место и роль общения в жизни человека. Средства общения- язык, интонация, мимика, жесты. Функции и структура общения. Предмет общения. Потребности в общении. Классификация общения.

Тема 12.2 Конфликты. Виды конфликтов.

Теория. Понятие конфликт. Типы конфликтов по содержанию - реалистические, нереалистические. Классификация конфликтов по характеру участников -внутриличностные, межличностные, конфликты между человеком и группой, межгрупповые конфликты.

Практика Тренинг "Бесконфликтное коммуникативное поведение".

Тема 12.3 Формирование поведения, ориентированного на успех.

Практика. Тренинг "Формирование поведения, ориентированного на успех".

Раздел 13. Оказание первой медицинской помощи.6 ч

Тема 13.1. Действия спасателя при пожаре. Первая помощь при ожогах

Теория.Тушение горящих участков одежды закрытием брезентом,накидкой, шинелью и с помощью перекатывания по земле, сбросом горячей одежды.

Классификация ожогов. Надевание противогаза.

Практика. Приемы оказания ПП обгоревшему.Способы надеванияпротивогаза на раненого: сидя у изголовья, лежа на спине или животе.

Тема 13.2. Отморожения. Общее охлаждение организма.

Простудныезаболевания

Теория. Условия,способствующие отморожению.Четыре степениотморожения.

Методы профилактики и экстренной помощи. Ознобление. Профилактика.

Общее охлаждение. Простудные заболевания. Профилактика, лечение.

Практика. Приемы оказания ПП при обморожении разных степеней.

Тема 13.3. Первая помощь при утоплении

Теория. Способы приближения спасателя к тонущему.Освобождениеот захватов тонущего и транспортировка пострадавшего на воде. Схема действий спасателя в случае наличия рвотного рефлекса. Схема действий спасателей при отсутствии рвотного рефлекса. Правила обращения с пострадавшим от утопления. Примерные нормативные требования для старшеклассников по прикладному плаванию и спасению утопающих.

Практика. Приемы оказания ПП при утоплении.

Тема 13.4. Первая помощь при отравлениях, обмороках

Теория. Способы оказания первой помощи при: пищевом отравлении; отравлении ядовитыми газами; отравлении лекарственными препаратами; отравлении алкоголем и никотином, наркотическими средствами. Меры предосторожности для оказывающих помощи, в целях сохранения собственного здоровья. Причины и последствия обмороков. Первая помощь при обмороках. Повторные обмороки.

Практика.Первая доврачебная помощь при различных отравлениях,обмороках.

Тема 13.5. Первая помощь при укусах змей, клещей

Теория .Виды ядовитых и неядовитых змей. Признаки укуса. Способы оказания первой помощи. Виды клещей. Способы оказания первой помощи. Меры предосторожности.

Практика. Первая помощь при укусах змей,клещей.

Тема 13.6. Первая помощь при солнечных и тепловых ударах
Теория. Солнечный удар. Признаки. Тепловой удар. Признаки.
Способы оказания первой помощи, меры предосторожности.
Практика. Первая помощь при солнечных и тепловых ударах.

Раздел 14. Доврачебная помощь. 3 ч

Тема 14.1. Обезболивающие средства. Антидоты при отравлении.

Предупреждение асфиксии

Теория. Антидот против ФОВ(шприц-тюбик). Способы введения и условия дозировки препарата. Промедол. Противопоказания к его применению.

Предупреждение или устранение асфиксии: исследование полости рта, закрепление языка булавкой, очищение полости рта от однородной массы, восстановление дыхания. Трубка дыхательная ТД-1.

Практика. Восстановление дыхания. Трубка дыхательная ТД-1. Способы - «изо рта в рот», «изо рта в нос», путем ритмического сдавливания грудной клетки по Сильвестру, Нильсену. Устранение удушья у пораженных ОВ.

Тема 14.2. Временная остановка наружного кровотечения

Теория. Понятие типов кровотечения: артериальное, венозное, капиллярное. Способы остановки кровотечения: пальцевое прижатие артерий костным выступам, с помощью жгута или давящей повязки, сгибом раневой конечности в вышерасположенном суставе. Особенности применения каждого способа.

Практика. Распознавание различных видов кровотечений и различные способы ПП при различных кровотечениях.

Тема 14.3. Наложение асептических повязок на рану или ожоговую поверхность.

Теория. Понятие о ране. Защита раны. Подготовка поврежденного участка к бинтованию. Бинтование под одеждой. Виды повязок: восьмиобразная, колосовидная, спиральная, циркулярная, повязка «спортупей», крестообразная. Утепление поврежденной части тела в зимнее время.

Практика. Бинтование различных частей тела. Виды повязок: восьмиобразная, колосовидная, спиральная, циркулярная, повязка «с портупей», крестообразная.

Раздел 15. Зеленая аптека. Лекарственные травы. 2 ч

Теория. Краткая характеристика лекарственных трав. Применение трав в оказании первой медицинской помощи. Мать и мачеха, зверобой, мята, подорожник, кровохлебка, тысячелистник, одуванчик, ромашка аптечная, и др.

Практика. Работа с гербарными образцами, определителями лекарственных растений. Правила сбора и хранения лекарственных растений

Раздел 16. Итоговое занятие. 2 ч

Защита исследовательских работ.

Раздел II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарно-учебный график

№ п/п	Дата	Тема	Время	Форма занятия	Количество часов	Место проведения	Форма контроля
1		Введение		Комбинированный	1		Анкетирование
Человек и биосфера 6 ч							
2		Понятие о среде. Факторы среды.		Лекция	1		Наблюдение, опрос
3		Экологические последствия появления человека на земле.		Практика	1		Составление и защита презентаций
4		Современное состояние окружающей среды.		Практика	1		Практическая работа
5		История взаимоотношений человека и природы.		Практика	1		Практическая работа
6		Природно-очаговые заболевания.		Комбинированный	1		Наблюдение, дискуссия
7		Экологические кризисы охраны природы.		Практика	1		Составление и защита презентаций
Социальная медицина. 4 ч							

8		Демографическое состояние здоровья населения России. Медицинская статистика.		Комбинированный	1		Наблюдение, работа с доп.литературой
9		Гигиена и экология. Факторы, определяющие здоровье человека.		Практика	1		Практическая работа
10		Финансирование медицинских учреждений. Инвалидность, донорство, квоты.		Комбинированный	1		Наблюдение, работа со стат.материалами
11		Понятие о качестве жизни. Закономерности географической изменчивости организма человека.		Практика	1		Практическая работа

Некоторые экологически обусловленные заболевания. 10 ч

12-13		Экологические факторы негативного воздействия на человека искусственной окружающей среды.		Комбинированный	2		Наблюдение, опрос
14-15		Заболевания, связанные с загрязнением воздуха.		Практика	2		Практическая работа
16-17		Заболевания, связанные с		Практика	2		Практическая работа

		загрязнением питьевой воды.					
18-19		Заболевания, связанные с физическими загрязнениями окружающей среды.		Комбинированный	2		Наблюдение, опрос
20-21		Социальная гигиена.		Практика	2		Практическая работа
Инфекционные заболевания. 18 ч							
22-23		Причины инфекционных заболеваний. История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями.		Лекция	2		Наблюдение, опрос
24-25		Иммунитет. История открытия иммунитета. Виды иммунитета.		Практика	2		Результативность выступлений
26-27		Вирусы, строение, пути проникновения.		Комбинированный	2		Наблюдение, дискуссия
28-29		Вирусные заболевания.		Практика	2		Составление и защита презентаций
30-31		СПИД-болезнь века.		Практика	2		Презентации
32-33		Вирусные заболевания пищеварительной системы.		Лекция	2		Наблюдение, опрос
34-35		Бактериальные кишечные инфекции.		Практика	2		Наблюдение, работа с дополнительной литературой

36-37		Инфекционные заболевания дыхательной системы.		Лекция	2		Наблюдение, опрос
38-39		Заболевания кожи.		Практика	2		Практическая работа
Наиболее распространенные хронические заболевания. 10 ч							
40-41		Заболевания органов крови.		Практика	2		Практическая работа
42-43		Заболевание органов кровообращения.		Практика	2		Практическая работа
44-45		Хронические заболевания пищеварительной системы.		Лекция	2		Наблюдение, опрос
46-47		Заболевания мочевыделительной системы		Комбинированный	2		Наблюдение, опрос
48-49		Что мы знаем о хронических заболеваниях.		Практика	2		Тестирование
Экстремальные ситуации. Оказание первой помощи. 8ч							
50-51		Первая помощь при травмах ОПС.		Комбинированный	2		Практическая работа
52-53		Повреждения кожи.		Комбинированный	2		Практическая работа
54-55		Виды кровотечений		Комбинированный	2		Практическая работа
56-57		Итоговое занятие		Комбинированный	2		Урок-игра
Раздел 8. Заболевания, связанные с вредными привычками. 10 ч							
58-59		Виды вредных привычек. Курение.		Практика	2		Дискуссия
60-61		Алкоголь и его влияние на организм.		Практика	2		Дискуссия
62-63		Наркотики. Виды наркотиков.		Лекция	2		Наблюдение, опрос

		Влияние на организм.					
64 - 65		Токсикомания		Лекция	2		Наблюдение, опрос
66 - 67		Здоровый образ жизни. Факторы, сохраняющие здоровье.		Практика	2		Тренинг
Гигиена питания. 12 ч							
68 - 69		Пища. Питательные вещества. Обмен веществ в разном возрасте.		Комбинированный	2		Наблюдение, опрос
70 - 71		Витамины.		Комбинированный	2		Наблюдение, опрос
72 - 73		Теория рационального сбалансированного питания.		Комбинированный	2		Наблюдение, опрос
74 - 75		Сбалансированность витаминов и минеральных веществ и питания как одно из условий рационального питания и повышения устойчивости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.		Практика	2		Практическая работа
76 - 77		Культура питания. Энергетическая		Практика	2		Практическая работа

		я ценность. Диеты.					
78 - 79		Пищевые продукты- аллергены.		Практика	2		Практическа я работа
Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы. 18 ч							
80- 81		Заболевания, передающиеся половым путем.		Лекция	2		Наблюдение, опрос
82- 83		Профилактика заболеваний ЗПП		Практика	2		Консультаци я
84- 85		Контрацепция. Аборты. Опасность абортов для здоровья женщины.		Практика	2		Дискуссия
86- 87		Беременность. Гигиена беременности. Последствия ранней беременности.		Лекция	2		Наблюдение, опрос
88- 89		Генетика и наследственн ые заболевания.		Лекция	2		Наблюдение, опрос
90- 91		Планирование семьи и задачи, стоящие перед генетикой.		Практика	2		Практическа я работа
92- 93		Гигиена мужчины и женщины		Лекция	2		Наблюдение, опрос
94- 95		Функциональн ые признаки полового воспитания.		Практика	2		Дискуссия
96- 97		Взаимоотноше ние полов.		Практика	2		Дискуссия
Поведение и психика. 28 ч							

98-99		Физиология ВНД		Комбинированный	2		Наблюдение, опрос
100-101		Физиологическая организация мозга.		Комбинированный	2		Наблюдение, опрос
102-103		Потребности и мотивы поведения. Виды потребностей.		Практика	2		Анкетирование
104-105		Изменчивость поведения.		Практика	2		Дискуссия
106-107		Ощущение. Сенсорная адаптация.		Лекция	2		Наблюдение, опрос
108-109		Характер восприятия.		Практика	2		Практическая работа
110-111		Внимание. Воображение.		Лекция	2		Наблюдение, опрос
112-113		Память. Значение памяти для формирования мыслительной деятельности и поведения.		Лекция	2		Наблюдение, опрос
114-115		Физиологические аспекты памяти.		Практика	2		Практическая работа
116-117		Мышление и речь.		Практика	2		Практическая работа
118-119		Эмоции. Типы эмоциональных состояний.		Практика	2		Практическая работа
120-121		Личность. Задатки личности. Талант, развитие		Лекция	2		Наблюдение, опрос

		способностей.					
122 - 123		Темперамент и характер.		Практика	2		Практическа я работа
124 - 125		Волевые качества личности.		Практика	2		Тренинг
Человек в обществе. 6 ч							
126 - 127		Общение. Средства общения.		Комбиниров анный	2		Наблюдение, опрос
128 - 129		Конфликты. Виды конфликтов.		Практика	2		Тренинг
130 - 131		Формирование поведения, ориентирован ного на успех.		Практика	2		Тренинг
Оказание первой медицинской помощи.6 ч							
132		Действия спасателя при пожаре. Первая помощь при ожогах.		Практика	1		Практическа я работа
133		Обморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.		Практика	1		Практическа я работа
134		Первая помощь при утомлении.		Практика	1		Практическа я работа
135		Первая помощь при отравлениях и обмороках			1		Практическа я работа
136		Первая помощь при укусах змей и клещей			1		Практическа я работа
137		Первая помощь при			1		Практическа я работа

		солнечных и тепловых ударах					
Доврачебная помощь. 3 ч							
138		Обезболивающие средства, антидоты при отравлениях. Предупреждение асфиксии			1		Практическая работа
139		Временная остановка наружного кровотечения			1		Практическая работа
140		Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность			1		Практическая работа
141 - 142		Зеленая аптека. Лекарственные травы.		Практика	2		Практическая работа
143 - 144		Итоговое занятие.		Практика	2		Защита исследовательских работ

2.2 Условия реализации программы

Помещение и оборудование:

1. Учебный кабинет
2. Рабочий стол педагога
3. Стулья
4. Шкафы для хранения материалов и оборудования.
5. Демонстрационный стол
6. Полки для выставочных работ
7. Библиотека с методической литературой.
8. Интерактивная доска.
9. Компьютер
10. Мультимедийный проектор
11. Видеокамера
12. Компактная камера

Специальные инструменты и приспособления:

1. Лабораторное оборудование (наборы для препарирования), учебные микроскопы, микропрепараты по анатомии, физиологии, гигиене, предметные стекла.
2. «Максим» торс человека, учебный тренажёр.
3. Модели объемные: сердце, ухо, глаз, носоглотка в разрезе, желудок, гортань в разрезе.
4. Микроскопы
5. Рука человека для введения внутривенных инъекций
6. Учебный медицинский тренажёр постановки клизм и внутри мышечных инъекций

Дополнительные материалы:

1. Бинты эластичные
2. Вата хирургическая
3. Термометры медицинские
4. Марля
5. Маски медицинские
6. Перекись водорода
7. Перчатки медицинские
8. Спринцовка
9. Шприцы 5 мл., 10 мл., 2 мл.
10. Тонометр механический

2.3 Формы аттестации

Для отслеживания **результативности** образовательного процесса используются следующие **виды контроля**:

- начальный контроль (сентябрь)
- текущий контроль (в течение учебного года)
- промежуточный контроль (декабрь)
- итоговый контроль (май)

2.4 Оценочные материалы

Возможно использование следующих **методов отслеживания результативности**:

- педагогическое наблюдение:
- педагогический анализ выполнения обучающимися диагностических заданий, результатов тестирования, защиты проектов, рефератов, исследовательских работ, активности обучающихся на занятиях;
- педагогический мониторинг- мониторинг образовательной деятельности обучающихся, ведение педагогического дневника, тестирование, оформление листов индивидуального образовательного маршрута, диагностика личностного роста, оформление фотоотчетов.

Методы выявления результатов воспитания:

- социометрия (диагностика эмоциональных связей);
- тестирование;
- анкетирование

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной общеразвивающей программы.

- входной (входное тестирование, наблюдение педагога)
- промежуточный контроль (тестирование, выполнение самостоятельных работ, просмотр и анализ выполненных работ, участие в творческих объединениях)
- итоговый контроль- зачетная работа.

2.5 Методические обеспечение программы

Методическое обеспечение программы заключается в планировании учебных занятий; применении приёмов, форм и методов работы с учащимися.

а) описание основных способов и форм работы с детьми

Эффективность обучения данной программы зависит от способов организации занятий, поэтому включены разные формы:

- тематические учебные занятия;
- обобщающие занятия;
- занятие-путешествие;
- занятие с преобладанием индивидуальных, групповых и
- коллективных форм обучения.

б) описание основных методов организации учебно-воспитательного процесса

На занятиях используются в сочетании различные методы обучения и воспитания:

по источнику знаний:

- словесные (рассказ, беседа, объяснение, игра),
- наглядные (демонстрация, показ),
- практические (упражнения, выполнение работ).

по степени управления учебной работой:

- учебная работа под руководством педагога;
- самостоятельная работа учащихся.

в) Основные формы организации образовательно-воспитательного процесса: групповые, индивидуальные и индивидуально-групповые занятия

Практическая значимость программы заключается в возможности ее реализации как в условиях учреждений дополнительного образования детей, так и в условиях общеобразовательных школ.

Дидактические средства:

- разработки педагога для обеспечения образовательного процесса: планы, конспекты занятий;
- разработки для проведения занятий: наглядные пособия, раздаточный материал для самостоятельной работы, учебные задания для индивидуальной и групповой работы;
- разработки для организации контроля и определения результативности обучения: тесты, анкеты, вопросники.

Список литературы для учащихся

1. Баранова С.В. Вредные привычки. Избавление от зависимостей/ С.В. Баранова.-М.: Феникс, 2007.- 192с.
2. Батуев Л.С., Соколова Л.В., Левитин М.Г. Человек. Основы физиологии и психологии: учебник для 9 классов общеобразовательных учреждений. М.: Дрофа, 2000.- 220 с.
3. Воздействие на организм человека опасных и вредных экологических факторов. Метрологические аспекты. В 2 томах. Том 2. Книга 1. - М.: ПАИМС, 1997. - 512 с.
4. Ерофеева Людмила. Возлюби свои привычки / Людмила Ерофеева. - М.: Центрполиграф, 2009. - 192 с.
5. Зайцева Е.Ю. Биология. "Организм человека и его здоровье" / Е.Ю. Зайцева. - М.: Астрель, 2012. - 375 с.
6. Исаева Е. Л. Здоровый человек и его окружение. Шпаргалки / Е.Л. Исаева. - М.: Феникс, 2015. - 128 с.
7. Кругляк Лев. Алкоголизм. Мысли, избавляющие от вредных привычек. Естественное очищение (комплект из 3 книг) / Лев Кругляк , Георгий Сытин , Рудигер Дальке. - М.: ИГ "Весь", 2014. - 672 с.
8. Крюкова, Д. А. Здоровый человек и его окружение. Учебное пособие / Д.А. Крюкова, Л.А. Лысак, О.В. Фурса. - М.: Феникс, 2014. - 480 с.
9. Пучко Людмила. Жизнь и здоровье человека в вопросах и ответах Многомерной медицины / Людмила Пучко. М.: Машиностроение, 2013.-504 с.
10. Резникова, В. З. Биология. Человек и его здоровье. Общие биологические закономерности. Тематический контроль. Рабочая тетрадь (+ приложение) / В.З. Резникова, А.Н. Мягкова. - Москва: РГГУ, 2013. - 208 с.
11. Шапиро Я.С., Панина Г.Н. Микробиология 10-11 классы; учебное пособие. М.: Вентана-Граф, 2008.- 272 с.

Список литературы для учителя:

1. Агаджанян Н.А. и др., Основы физиологии человека, 2-е изд., исправленное.-М.: РУДН, 2001.-408с.
2. Билич Г.Л., Крыжановский В.А. Биология. Полный курс. В 3-х томах. Том 1. Анатомия. Оникс. 2009. 864 с, ил.
3. Волков С.Р. Здоровый человек и его окружение / С.Р. Волков. - М.: Медицина, 2015. - 128 с.
4. Дружинин В.Н., Психология общих способностей. 3-е изд.- СПб.: Питер, 2008. – 368 с.: ил.
5. Казин Э. М. Биология. Основы индивидуального здоровья человека / Э.М. Казин, Н.Г. Блинова, Н. А. Литвинова.- М.: Владос, 2016.- 192 с.
6. Кожин, А. А. Здоровый человек и его окружение / А.А. Кожин, В.Р. Кучма, О.В. Сивочалова.- М.: Academia, 2013.- 400 с.
7. Козлов В.И., Цехмистренко Т.А. Анатомия центральной нервной системы. М.: "Мир", "Аст", 2003.- 210 с.

8. Мушкамбаров Н. Н., Кузнецов С. Л., Молекулярная биология, Изд. Медицинское информационное агенство, 2007.- 220 с.
9. Павлов В. И. Вселенская Чистота Сознания и здоровье Человека. Исцеление с помощью мыслеформ / В.И. Павлов. - М.: Золотое Сечение, 2014. - 316 с.
10. Пехов А.П. Биология с основами экологии: Учебник. 7-е изд., стер. – СПб.: Изд-во «Лань», 2007.- 688 с.
11. Поленов Б. В. Защита жизни и здоровья человека в XXI веке. Восемь основных источников опасности для человечества: моногр. / Б.В. Поленов. - М.: Группа ИДТ, 2014. - 720 с.
12. Семенова Надежда. Здоровье здорового человека. Практическая экология XXI века / Надежда Семенова - М.: Диля, 2014. - 128 с.
13. Тейлор Д., Грин Н., Стаут У. Биология: в 3 т. 3-е изд. - М.: Мир, 2004. Том 1 – 454 с. Том 2 - 436 с. Том 3- 451 с.
14. Теплов Б. М. Способности и одарённость. / Психология индивидуальных различий. Тексты. М.: изд-во Моск. Ун-та, 1982,- 136с.
15. Ушакова Д.В. Психология одаренности: от теории к практике – М.: ПЕР СЭ, 2000.- 350 с.
16. Физиология человека: В 3-х томах. Пер. с англ. Под ред. Р. Шмидта и Г. Тевса. – 3-е изд. – М.: Изд-во «Мир», 2005. Том 1 – 323 с., Том 2 – 314 с., Том 3 – 228 с.
17. Хвыля-Олинтер, Андрей Духовная безопасность и духовное здоровье человека, семьи, общества / Андрей Хвыля-Олинтер. - Москва: Гостехиздат, 2012. - 764 с.
18. Шадриков В.Д. Способности, одаренность, талант / Развитие и диагностика способностей. Отв. ред. В.Н. Дружинин, В.Д. Шадриков.- М.: Наука, 1991.

Интернет-ресурсы

- <http://school-collection.edu.ru/collection> Газета «Биология» и сайт для учителей «Я иду на урок биологии»
- <http://college.ru/biology> В помощь учителю биологии: образовательный сайт ИЕСЭН НГПУ
- <http://www.eco.nw.ru> Вся биология: научно-образовательный портал
- <http://www.youngbotany.spb.ru> Лауреаты нобелевской премии по физиологии и медицине
- <http://n-t.ru/nl/mf> Медицинская энциклопедия. Анатомический атлас
- <http://www.mgsun.ru> Опорно-двигательная система человека: образовательный сайт
- <http://www.macroevolution.narod.ru> Проект Есосоm: всё об экологии
- <http://www.ecosystema.ru> Электронный учебник по биологии
- <http://www.anatomcom.ru/> Анатомия человека - атлас
- <http://www.anatomus.ru/> Анатомия человека в иллюстрациях
- <http://www.sbio.info> Вся биология
- <http://bio.1september.ru> Все для учителя биологии

Приложение

№	Название разделов	Формы контроля
1	Введение.	Анкетирование "Что мы знаем о здоровье человека"
2	Человек и биосфера.	Защита презентаций "Проблемы окружающей среды." "Проблемы природопользования".
3	Социальная медицина.	Практическая работа "Определение обеспеченности организма витаминами и микроэлементами"
4	Некоторые экологически обусловленные заболевания.	Практическая работа "Обнаружение вредных веществ в продуктах питания"
5	Инфекционные заболевания.	Практическая работа "Распознавание кожных болезней, вызываемых микроорганизмами".
6	Наиболее распространенные хронические заболевания.	Тестирование "Что мы знаем о хронических заболеваниях"
7	Экстремальные ситуации. Оказание первой помощи.	Игра "Врач-пациент"
8	Заболевания, связанные с вредными привычками.	Занятие с элементами психологического тренинга. Моделирование ситуации "Зависимость успешности человека от его образа жизни".
9	Гигиена питания.	Практическая работа "Составление суточного рациона в связи с указанной лечебной диетой".
10	Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы.	Проблемная дискуссия "Связь людей в семье и их социальные и семейные роли".
11	Поведение и психика.	Тренинг "Формирование эмоционально-волевой сферы"
12	Человек в обществе.	
13	Итоговое занятие	Защита исследовательских работ.

Анкетирование "Что мы знаем о своем здоровье"

1. Укажите ваш пол _____ и возраст _____

2. Как вы оцениваете состояние своего здоровья?

а) Хорошее б) Удовлетворительное в) Плохое г) Затрудняюсь ответить

3. Хотели бы вы, чтобы ваши дети пили, курили?

а) Да б) Нет в) Не знаю

4. Хотели бы Вы, чтобы ваш муж или жена курили, пили?

а) Да б) Нет в) Не знаю

5. Какие из ценностей, приведенных ниже, для Вас наиболее важны?

Оцените их, проставив баллы от 8 (самое важное) до 1 (наименее важное)

а) Материальное благополучие,

б) Качественное образование,

в) Хорошее здоровье,

г) Привлекательная внешность,

д) Любимая работа,

е) Возможность общаться с интересными людьми,

ж) Благополучная семья,

з) Свобода и независимость.

4. Какие условия для сохранения здоровья Вы считаете наиболее важными? Из приведенного перечня условий выберите и отметьте четыре наиболее важных для Вас.

а) Хорошая наследственность,

б) Хорошие экологические условия,

в) Выполнение правил здорового образа жизни,

г) Возможность консультаций и лечения у хорошего врача,

д) Знания о том, как заботиться о своем здоровье,

е) Отсутствие физических и умственных перегрузок,

ж) Регулярные занятия спортом,

з) Достаточные материальные средства для хорошего питания, занятий спортом и т.д.

5. Как вы относитесь к информации о том, как заботиться о здоровье?

а) Это всегда интересная и полезная информация,

б) Иногда это достаточно интересная и полезная информация,

в) Не очень интересная и полезная информация,

г) Эта информация меня не интересует.

6. Достаточно ли вы заботитесь о своем здоровье

а) Вполне достаточно,

б) Не вполне достаточно,

в) Недостаточно.

7. Какие темы о здоровье больше всего интересуют Вас? (Вы можете выбрать больше чем одну тему)

а) Курение б) Снижение и набор веса в) Алкоголь г) Половое воспитание

д) Нарушение питания е) Влияние наркотиков ж) Инфекции, передаваемые половым путем

з) Физические упражнения и спорт и) Управление эмоциями к)

Межличностные отношения

л) Другое(указать что именно)

8. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику?

а) да б) нет

9. Знаете ли вы основные принципы и методы закаливания? Приведите примеры.

10. продолжите фразу: "Здоровый ребенок..."

Тестирование "Что мы знаем о хронических заболеваниях"

1. Какие первичные симптомы могут указывать на развитие ?

а) ночные кошмары, бессонница

б) галлюцинации, потеря аппетита

в) постоянная жажда, частое мочеиспускание, кожный зуд, хроническая усталость

г) аритмия, учащенное сердцебиение

2. Как передается бактерия хеликобактер?

а) через общую посуду

б) через поцелуй

в) от матери к ребенку

г) все перечисленное

3. Какую диагностику назначают для проверки щитовидной железы?

а) гастроэнтероскопия

б) анализ крови на гормон ТТГ, Т4, УЗИ щитовидной железы

в) мазок на бактерии из горла

г) анализ крови у женщин на гормон эстроген и у мужчин на тестостерон.

4. Для чего исследуют в крови уровень холестерина?

а) проверка психического здоровья

б) проверка бесплодия

в) выявление риска ССЗ

г) оценка функции печени

5. Какое заболевание не относится к инфекционным?

а) грипп

б) дизентерия

в) ветрянка

6. Найдите соответствие показателей холестерина крови:

1) норма а) 7,8 ммоль/л и выше

2) легкая гиперхолестеринемия б) ниже 5,0 ммоль/л

3) умеренная гиперхолестеринемия в) 6,5-7,8 ммоль/л

4) выраженная гиперхолестеринемия г) 5,0-6,5 ммоль/л

7. Частота сердечных сокращений 60-85 ударов в минуту считается

а) нормой

б) повышенной

в) у каждого свои показатели

8. Какие основные неинфекционные заболевания в XXI веке являются наиболее частой причиной заболеваемости и смертности?

а) Сердечно-сосудистые

б) Онкологические

в) Патологии дыхательных путей (не включая респираторные и туберкулез легких)

г) Эндокринные

9. Наиболее опасными сердечно-сосудистыми заболеваниями считаются

а) Атеросклероз

б) Инфаркт миокарда

в) Артериальная гипертензия

г) Инсульт

д) Ишемическая болезнь сердца

10. Ингаляции с использованием эфирных масел, аэробные физические нагрузки и дыхательная гимнастика помогают снизить риск

а) сердечно-сосудистых заболеваний

б) заболеваний органов дыхания

в) онкологических заболеваний

г) заболевания сахарным диабетом

11. Какие мероприятия входят в стратегию профилактики сахарного диабета?

а) Ограничить употребление продуктов с высоким содержанием сахара и жиров

б) Уменьшить факторы стресса

в) Практиковать дробное питание

г) Контролировать уровень глюкозы в крови

д) Следить за уровнем холестерина в крови, пульсом и артериальным давлением

е) Избегать излишнего облучения рентгеном

ж) Меньше загорать под прямыми солнечными лучами

12. Что такое атеросклероз?

а) Сужение кровеносных сосудов вследствие жировых отложений (бляшек) на их стенках

б) Сужение и гипертонус сосудов, стабильное повышение артериального давления (выше нормы – 140/190 мм рт. ст.)

в) Самая серьезная клиническая форма ишемии сердца