



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 75**

*Приложение к ООП ООО,
утвержденной приказом директора
№ 203-од от 29.08.2023г*

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
элективного курса «Основы медицинских знаний»
уровня основного общего образования
для обучающихся 5 класса

Новосибирск, 2023

Пояснительная записка

Данная программа элективного курса предназначена для обучающихся 5 классов. Преподавание курса «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» для учащихся как дополнительного образования обусловлено многими причинами. Ежегодные медицинские осмотры школьников свидетельствуют о том, что у многих из них есть комплекс заболеваний. Это и нарушение зрения, осанки, сколиоз, нервно-психические расстройства, отравления. Подростки рано начинают курить, употреблять спиртные напитки, наркотические средства, что приводит к серьезным последствиям.

Для решения этих проблем важным является профилактическое направление в отношении здоровья населения и в первую очередь детей и подростков. Поэтому приоритетным направлением при обучении кадетов является формирование принципов здорового образа жизни.

Обучающиеся должны иметь соответствующие знания и практические навыки по оказанию первой медицинской помощи человеку, находящемуся в чрезвычайной ситуации, уметь оказывать само и взаимопомощь при различных травмах и неотложных состояниях.

Цели и задачи программы:

Цель программы:

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

Реализация цели предусматривает решение следующих задач

1. Заинтересовать и направить учащихся на ведение здорового образа жизни, борьбу с вредными привычками.
2. Познакомить учеников со строением и основными функциями человеческого организма.
3. Познакомить учащихся с различными видами травм и неотложных состояний.
4. Научить приемам оказания первой доврачебной помощи при закрытых и открытых травмах
5. Обучить методам оказания реанимационной помощи

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

Рабочая программа курса «Основы медицинских знаний» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта медицинского направления.

Программа включает тематический план, перечень знаний и умений, формируемых у учащихся, содержание теоретического и практического обучения, список учебной литературы, учебно-наглядных и технических средств обучения.

Содержание программы разработано с учетом имеющихся у учащихся знаний по биологии, гигиене и санитарии, физике, химии и другим предметам, изучаемым в школе.

Сохранение и укрепление здоровья, физическое развитие – это важная и неотъемлемая часть подготовки обучающихся, поэтому первостепенное место в программе уделяется изучению темы «Понятие о здоровье и здоровом образе жизни». Особое внимание уделяется закаливанию, правильному питанию, гигиеническим навыкам. Не менее важное значение уделяется теме «Вредные привычки и борьба с ними». Для большей наглядности при изучении данной темы используется демонстрация видеofilмов.

Важнейшим условием сохранения здоровья является учет возможности заболеваний и травм, необходимости оказания само и взаимопомощи. В процессе обучения обучающиеся знакомятся с медицинскими и подручными средствами оказания первой помощи, изучают различные виды травм, их признаки и правила оказания первой помощи.

Большое внимание уделяется практическим занятиям. Каждый прием по оказанию первой помощи обязательно закрепляется на практике.

Решающее значение в дальнейшем прогнозе и исходе при наиболее тяжелых травмах имеет транспортировка пострадавших. Учащиеся учатся, как правильно транспортировать пострадавшего в лечебное учреждение, не навредив его состоянию.

В конце учебного года проводится итоговое занятие, позволяющее выявить уровень медицинской подготовки каждого обучающегося.

Образовательные методики (формы проведения занятий)

- Лекции
- Собеседования
- Самоподготовка
- Индивидуальные и групповые консультации
- Групповые обсуждения
- Работа в малых творческих группах

-Практические задания

Формы проверки знаний

- Устный опрос
- Решение тестовых заданий
- Контрольные работы
- Решение ситуационных задач
- Выполнение реферативных работ

Основные знания и умения, приобретаемые учащимися при изучении данного курса

Учащийся должен знать:

- принципы и методы формирования здорового образа жизни, профилактику вредных привычек;
- неотложные состояния и приемы оказания доврачебной помощи при них;
- иметь представление о закрытых и открытых травмах и их признаках;
- знать средства для оказания само и взаимопомощи;

Уметь:

- применить на практике принципы здорового образа жизни;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- владеть приемами реанимационных мероприятий;
- оказывать первую помощь при закрытых и открытых травмах, кровотечениях, ожогах, обморожениях, электротравмах.

Объем дисциплины

Курс «Основы медицинских знаний» изучается в
Течение 4 лет с 5-8 класс.

**Тематическое планирование 5класс
ГИГИЕНА — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ**

№	Название разделов, тем	Количество часов
1	Валеология — наука о здоровом образе жизни. Сущность понятий «здоровье», «здоровый образ жизни», «болезнь». Гигиена как наука	1
2	Система органов пищеварения, ее строение и функции. Значение правильного питания	1
3	Понятие о рациональном питании. Режим питания. Гигиена питания.	1
4	Кожа, ее строение, понятие о функциях кожи. Уход за кожей тела, лица, рук.	1
5	Понятие о строении и функциях органов дыхания. Правильное дыхание – носовое дыхание.	1
6	Гигиена дыхания. Роль вентиляции, проветривания и нормальной влажности в классах и жилых помещениях.	1
7	Органы чувств, их значение для человека. Понятие о строении глаза. Гигиена зрения. Причины близорукости, ее профилактика.	1
8	Понятие о строении уха. Гигиена слуха. Вредные влияния шума на здоровье.	1
9	Факторы нарушения осанки. Профилактика искривления позвоночника и плоскостопия	1
10	Режим дня школьника. Каким он должен быть	1
11	Гигиена умственного труда. Значение чередования различных видов деятельности. Значение отдыха, физических упражнений, физкультминуток.	1
12	Как укрепить память. Приемы запоминания. Роль опор и повторения	1
13	Значение физических нагрузок	1

	Пагубные последствия гиподинамии.	
14	Утренняя зарядка и физкультура, их значение для укрепления здоровья, для получения положительных эмоций и приобретения необходимых моральных качеств.	1
15	Сон, его значение для сохранения здоровья. Гигиена сна.	1
16	Отдых, его значение в поддержании здоровья и высокой работоспособности. Роль активного отдыха для учащихся . Летние каникулы — лучшее время для оздоровления.	1
17	Итоговое обобщение и повторение	1

