

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 52 СТАНЦИИ КАРАМЫШ
КРАСНОАРМЕЙСКОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ»**

<p>«Принята» на заседании педагогического совета МБОУ «СОШ № 52 ст.Карамыш» от 21.06.2023 года Протокол №11</p>	<p>«Утверждено» Директор МБОУ «СОШ № 52 ст.Карамыш» _____/Е.Е.Костюкович/ Приказ №159 о/д от 21.06.2023 года</p>
---	--

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ЮНЫЙ МЕДИК»**

Направленность программы: естественно-научная

Уровень программы: базовый

Возраст обучающихся: 13-15 лет

Срок реализации: 1 год

Количество часов в неделю: 2 часа

Автор – составитель программы:
Голобородова Татьяна Александровна,
педагог дополнительного образования

РАЗДЕЛ №1 «КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ»

1.1. Пояснительная записка

При создании данной дополнительной общеразвивающей образовательной программы разработчик руководствовался следующими нормативными документами:

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепцией развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
3. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации г. Москва «Об утверждении СанПиН 3648-20 от 28.09.2020 г. 14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
4. Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утв. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации 09 ноября 2018 №196).
5. Приказом министерства образования области от 05.07.2019 № 1446Об экспертной группе по добровольной сертификации общеобразовательных программ для включения в Реестр сертифицированных образовательных программ системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Саратовской области.
6. Распоряжение Правительства Саратовской области от 29 октября 2018 года №288 - Приказ «О внедрении целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей на территории Саратовской области»;
7. Правила ПФДО (Приказ «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования в Саратовской области» от 21.05.2019г. №1077, п.51.).
8. Приказ № 323 от 14.02.2020 «О несении изменения в приказ министерства образования Саратовской области от 21 мая 2019 года № 1077
9. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» (*для дистанционных программ*)

Так как в течение учебного года возникает непреодолимая сила, или форс-мажор – обстоятельства (эпидемия, карантин, погодные условия и прочее), не позволяющие осуществлять обучение в обычной (очной) форме, программа реализуется с помощью электронных (дистанционных) технологий на платформе Moodle.

Направленность программы – естественно-научная

Актуальность: сегодня уровень здоровья учащихся, как в России, так и в регионе на критической отметке.

Ведущей причиной смертности у детей и подростков стали травмы, несчастные случаи, неумение окружающих правильно и вовремя оказать первую доврачебную помощь.

Именно навыками первой помощи должны обладать все люди, т.к. не всегда рядом есть квалифицированный специалист, который может спасти от гибели. Очень часто быстро и правильно оказанная помощь является залогом быстрого выздоровления. Именно с этой целью: научить быстро и правильно оказывать первую помощь, и введен курс по оказанию первой помощи.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что ее реализация будет осуществляться на базе Центра цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста», предполагающей использование современных инновационных технологий, наглядного и обучающего материала.

Адресат программы – обучающиеся **11-15 лет**.

Число обучающихся в группе 10-12 человек.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей обучающихся.

Возрастные особенности детей 11-12 лет - любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, способность преувеличивать собственные проблемы, сомневаться, подростки чувствуют необходимость быть привлекательным для противоположного пола, для них характерна смена настроения.

Возрастные особенности 13-15 лет – внутренние переживания, физиологические трудности, для подростков этого возраста характерны упрямство, грубость, раздражительность, быстрая смена настроения, иногда недостаточная координация движений и бурное выражение своих эмоций. Главная потребность этого возраста - потребность общения со сверстниками. В отношениях со взрослыми – отстаивание справедливости, демонстративность поведения.

Объем программы, срок освоения – Программа рассчитана на 9 месяцев обучения. Количество учебных часов -70, учебная нагрузка: 2 занятия в неделю, периодичность занятий: 2 раза в неделю. Продолжительность занятия в соответствии с Уставом учреждения и СанПиН.

Форма обучения - очно-заочная

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы: Создать условия для овладения учащимися основными медицинскими понятиями и терминами, учить применять их на практике, сформировать интерес к профессиям, связанным с медициной, формирование здорового образа жизни.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих **задач:**

обучающие задачи:

- сформировать устойчивые навыки оказания первой помощи и обучить способам оказания самопомощи и первой медицинской помощи; повысить интерес школьников к медицине;

развивающие задачи:

- развивать мотивацию к определенному виду деятельности, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности; развивать умение ориентироваться в опасной ситуации

воспитательные задачи:

- воспитывать чувство ответственности, культуры безопасного поведения на дорогах и улицах; познакомить учащихся с основами здорового образа жизни; научить детей ответственно относиться к своему здоровью.

1.3. Планируемые результаты

Предметными результатами являются:

- сформированность устойчивых навыков оказания первой помощи, обучение способам оказания самопомощи и первой медицинской помощи; повышение интереса школьников к медицине; соблюдения норм и правил безопасного поведения в природной и социоприродной среде

Метапредметными результатами являются:

- развитие интереса к определенному виду деятельности, потребности в саморазвитии, самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности; развивать умение ориентироваться в опасной ситуации; формирование приемов работы с информацией.

Личностными результатами являются:

- воспитание чувства ответственности, культуры безопасного поведения на дорогах и улицах и ответственного отношения к своему здоровью; развитие интеллектуальных и творческих способностей обучающихся

1.4. Способы определения результативности

Формы аттестации предметных и их периодичность

Диагностика	Содержание	Период	Способ
Первичная	Степень интересов и уровень подготовленности детей к занятиям	Сентябрь	беседа, анкетирование
Промежуточная	Степень развития познавательных и	Январь	тестирование

	интеллектуальных способностей ребенка		
Итоговая	Степень развития знаний и умений в результате освоения программы	Май	Итоговое тестирование

1.5.1. Содержание учебного плана

№ п/п	Наименование и содержание темы	Количество часов			Формы контроля
		всего	теория	практика	
Введение – 1 ч.					
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ. План работы курса.	1		1	анкетирование
Раздел 1. «Пищеварение» – 6 ч.					
2	Система органов пищеварения, ее строение и функции.	1	1		Составление таблицы «Органы пищеварения»
3-4	Уход за зубами. Причина и профилактика кариеса. Значение регулярных осмотров у зубного врача и выполнение его рекомендаций. Подбор зубной щетки, выбор зубной пасты, правила чистки зубов.	2	1	1	практическая работа «Правила чистки зубов»
5-6	Понятие о рациональном питании. Режим питания. Гигиена питания.	2	1	1	Практическая работа «Составляем меню школьника»
7	Желудочно-кишечные болезни, их причины. Меры предупреждения «болезней грязных рук».	1	1		Составление памятки «Гигиена рук»
Раздел 2. «Кожа»-7 ч.					
8-9	Кожа, ее строение, понятие о функциях кожи. Уход за кожей тела, лица, рук.	2	1	1	практическая работа «Памятка по уходу за кожей»
10-11	Уход за волосами, основные моющие средства для волос, их правильный выбор.	2	1	1	практическая работа «Памятка по уходу за волосами»
12	Уход за ногтями.	1	1		Составление презентации «Красота наших рук»
13-14	Болезни, которыми можно заразиться от животных. Гигиенические правила обращения с животными (хомяками, крысами, кошками, собаками).	2	1	1	Практическая работа «Правила ухода за домашними животными»
Раздел 3. «Дыхание» – 6 ч.					

15	Понятие о строении и функциях органов дыхания. Правильное дыхание — носовое дыхание.	1	1		Рисунок «Органы дыхания»
16-17	Гигиена дыхания. Роль проветривания и влажности в классах и жилых помещениях	2	1	1	практическая работа «Измеряем влажность и температуру в кабинете» (ведение журнала)
18-19	Болезни органов дыхания, пути передачи. Профилактика гриппа. Поведение во время эпидемии гриппа, правильное поведение больных и тех, кто ухаживает за больными.	2	1	1	практическая работа «Памятка по профилактике гриппа и ОРВИ»
20	Курение. Табачный дым, его влияние на здоровье курильщиков и окружающих.	1	1		Составление презентации «Скажем сигарете – НЕТ!»
Раздел 4. «Органы чувств. Осанка» – 5 ч.					
21-22	Органы чувств, их значение для человека. Глаза. Гигиена зрения. Причины близорукости, ее профилактика.	2	1	1	Практическая работа «Правила работы за компьютером»
23	Понятие о строении уха. Гигиена слуха. Вредные влияния шума на здоровье.	1	1		Составление презентации «Вредные шумы»
24-25	Факторы нарушения осанки. Профилактика искривления позвоночника и плоскостопия. Правильная рабочая поза — залог красоты и здоровья.	2	1	1	Практическая работа «Красивая спина» (правила правильной рабочей позы ученика)
Раздел 5. «Гигиена труда и отдыха» – 10 ч.					
26-27	Режим для школьника. Каким он должен быть?	2	1	1	Практическое занятие. Составление примерного режима для школьников
28-29	Гигиена умственного труда. Значение чередования различных видов деятельности. Значение отдыха, физических упражнений, физкультминуток.	2	1	1	Практическая работа Составления комплекса упражнений для физминуток на уроке
30	Как лучше готовить уроки.	1		1	Практическая работа «Делаем домашнее задание» (составление памятки)
31	Как укрепить память. Приемы запоминания. Роль опор и повторения.	1		1	Практическая работа Памятка «Укрепляем память»

32-33	Утренняя зарядка и физкультура, их значение для укрепления здоровья, для получения положительных эмоций и приобретения необходимых моральных качеств.	2	1	1	Практическая работа Составления комплекса упражнений для утренней зарядки
34	Сон, его значение для сохранения здоровья. Гигиена сна.	1	1		Опрос
35	Отдых, его значение в поддержании здоровья и высокой работоспособности. Роль активного отдыха для учащихся. Летние каникулы — лучшее время для оздоровления.	1		1	Промежуточное тестирование
Раздел 6. «Первая медицинская помощь» – 3 ч.					
36	Понятие первой медицинской помощи (ПМП). Правила поведения и правила общения с пострадавшими при оказании ПМП	1		1	Составление таблицы «Первая медицинская помощь»
37-38	Средства для оказания первой медицинской помощи. Аптечка ПМП. Набор лекарственных препаратов и инструментов	2	1	1	Практическая работа «Собираем домашнюю аптечку»
Раздел 7. «Окружающая среда» - 31 ч.					
39	Единство человека и природы. Зависимость здоровья от окружающей среды и умение человека противостоять вредным экологическим факторам.	1	1		Составление презентации «Природа родного края»
40-41	Основы безопасности в быту и на природе.	2	1	1	Практическая работа Составление памятки «Правила поведения на природе»
42	Факторы опасности в быту, в собственном жилище.	1	1		Опрос
43-44	Огонь — фактор повышения опасности. Виды ожогов, оказание первой помощи пострадавшим.	2	1	1	Практическая работа «Оказание первой помощи пострадавшим на пожаре»
45	Отравления газом, первая помощь пострадавшим.	1	1		Составление памятки-презентации «Первая помощь при отравлении газом»
46	Пищевое отравление, его	1	1		Составление памятки-

	признаки. Первая помощь пострадавшим. Вред самолечения.				презентации «Первая помощь при отравлении»
47-48	Ядовитые грибы, их отличительные особенности. Отравления грибами, их признаки и последствия несвоевременного обращения к врачу.	2	1	1	Практическая работа Составление памятки-презентации «Ядовитые растения Саратовской области»
49	Оказание первой помощи при отравлениях ядовитыми растениями.	1	1		Подготовка презентации «Первая помощь при отравлении грибами»
50	Комнатные растения: вред и польза	1	1		Составление презентации «Мои комнатные растения»
51	Ландшафт – как средство повышения эмоционального здоровья человека	1		1	Практическая работа Проект «Мой двор»
52	Опасность подстерегает во дворе, на улице при неправильном поведении.	1	1		Составление памятки «Правила поведения на улице»
53-54	Ссадины, порезы, раны и их опасность. Дезинфекция ран.	2	1	1	Практическая работа «Правила обработки раны» Демонстрация наглядного материала
55-56	Вывихи, переломы, растяжения, их симптомы. Первая помощь пострадавшим.	2	1	1	Демонстрация наложения шины фиксирующей повязкой.
57	Травмы головы. Сотрясение головного мозга, признаки сотрясения и его последствия.	1	1		Составление таблицы «Травмы головы»
58-59	Кровотечения. Виды кровотечений, способы их остановки.	2	1	1	Практическая работа. Демонстрация наложения давящей повязки, закрутки, жгута.
60	Неожиданная опасность на прогулках, экскурсиях, на отдыхе.	1	1		Составление памятки «Правила поведения на прогулках, экскурсиях, на отдыхе»
61	Ядовитые насекомые, их опасность. Что делать при укусах мошек, в случае, когда ужалила пчела, оса, шмель, шершень. Клещи, комары, комнатные мухи.	1	1		Составление презентации «Ядовитые насекомые Саратовской области»
62	Домашние животные, правила общения с ними. Болезни, которые передаются от животных человеку или переносятся животными. Что делать, если поцарапала кошка,	1	1		Подготовка презентации «Мое домашнее животное»

	укусила собака. Необходимость прививок от бешенства				
63	Солнце, воздух и вода — жизненно необходимые экологические факторы. Последствия их неумелого использования: солнечные ожоги, солнечные и тепловые удары, обморожения.	1	1		Подготовка презентации «Солнце, воздух и вода – мои лучшие друзья»
64	Солнечные и тепловые удары. Первая помощь пострадавшим. Последствия переохлаждения.	1		1	Составление памятки-презентации «Первая помощь при солнечном и тепловом ударе»
65	Обморожение и Простудные заболевания. Профилактика простудных заболеваний. последствия переохлаждения.	1	1		Составление памятки-презентации «Первая помощь при обморожении»
66-67	Несчастные случаи на воде. Помощь утопающим. Понятия о реанимации; искусственное дыхание, непрямой массаж сердца.	2	1	1	Практическая работа Демонстрация на манекене искусственного дыхания и непрямого массажа сердца
68	Закаливание, факторы закаливания. Правила закаливания. Основные правила приема воздушных и солнечных ванн для закаливания организма.	1	1		Составление таблицы «Основные методы закаливания»
69	Хожение босиком — древнейший способ закаливания. Основные методы закаливания водой.	1	1		Опрос
Итоговое занятие – 1 ч.					
70	Мои практические навыки по оказанию первой помощи.	1		1	Итоговое тестирование

Содержание учебного плана

Вводное занятие (1 ч.)

Практические занятия.

Анкетирование.

Раздел 1. Пищеварение (6 ч.)

Теория.

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

Уход за зубами. Причина кариеса. Профилактика кариеса. Значение регулярных осмотров у зубного врача и выполнение его рекомендаций.

Подбор зубной щетки, выбор зубной пасты, правила чистки зубов.

Понятие о рациональном питании. Режим питания. Гигиена питания.

Желудочно-кишечные болезни, их причины. Меры предупреждения «болезней грязных рук».

Практические занятия.

«Правила чистки зубов»

«Составляем меню школьника»

Раздел 2. Кожа (7 ч.)

Теория.

Кожа, ее строение, понятие о функциях кожи. Уход за кожей тела, лица, рук.

Уход за волосами, основные моющие средства для волос, их правильный выбор.

Уход за ногтями.

Болезни, которыми можно заразиться от животных. Гигиенические правила обращения с животными (хомяками, крысами, кошками, собаками).

Практические занятия.

«Памятка по уходу за кожей»

«Памятка по уходу за волосами»

«Правила ухода за домашними животными»

Раздел 3. Дыхание (6 ч.)

Теория.

Понятие о строении и функциях органов дыхания.

Правильное дыхание — носовое дыхание.

Гигиена дыхания. Роль вентиляции, проветривания влажности в классах и жилых помещениях.

Болезни органов дыхания, пути передачи. Профилактика гриппа. Поведение во время эпидемии гриппа, правильное поведение больных и тех, кто ухаживает за больными.

Гигиена дыхания. Роль проветривания и влажности в классах и жилых помещениях

Курение. Табачный дым, его влияние на здоровье курильщиков и окружающих.

Практические занятия.

«Памятка по профилактике гриппа и ОРВИ»

«Измеряем влажность и температуру в кабинете» (ведение журнала)

Раздел 4. Органы чувств. Осанка (2 ч.)

Теория.

Органы чувств, их значение для человека.

Глаза. Гигиена зрения. Причины близорукости, ее профилактика.

Понятие о строении уха. Гигиена слуха. Вредные влияния шума на здоровье.

Факторы нарушения осанки. Профилактика искривления позвоночника и плоскостопия.

Правильная рабочая поза — залог красоты и здоровья.

Практические занятия.

«Правила работы за компьютером»

«Красивая спина» (правила правильной рабочей позы ученика)

Раздел 5. Гигиена труда и отдыха (10 ч.)

Теория.

Режим для школьника. Каким он должен быть?

Гигиена умственного труда. Значение чередования различных видов деятельности. Значение отдыха, физических упражнений, физкультминуток.

Как лучше готовить уроки.

Как укрепить память. Приемы запоминания. Роль опор и повторения.

Утренняя зарядка и физкультура, их значение для укрепления здоровья, для получения положительных эмоций и приобретения необходимых моральных качеств.

Сон, его значение для сохранения здоровья. Гигиена сна.

Отдых, его значение в поддержании здоровья и высокой работоспособности. Роль активного отдыха для учащихся. Летние каникулы — лучшее время для оздоровления.

Практические занятия.

Составление примерного режима для школьников.

Составления комплекса упражнений для физминуток на уроке.

«Делаем домашнее задание» (составление памятки)

Памятка «Укрепляем память»

Составления комплекса упражнений для утренней зарядки.

Промежуточное тестирование.

Раздел 6. Первая медицинская помощь (3 ч.)

Теория.

Понятие первой медицинской помощи (ПМП). Правила поведения и правила общения с пострадавшими при оказании ПМП.

Средства для оказания первой медицинской помощи. Аптечка ПМП. Набор лекарственных препаратов и инструментарий пострадавшими при оказании ПМП

Практические занятия.

Составление таблицы «Первая медицинская помощь»

«Собираем домашнюю аптечку»

Раздел 7. Окружающая среда (31 ч.)

Теория.

Единство человека и природы.

Основы безопасности в быту и на природе.

Факторы опасности в быту, в собственном жилище.

Огонь — фактор повышения опасности Виды ожогов, оказание первой помощи пострадавшим.

Отравления газом, первая помощь пострадавшим.

Пищевое отравление, его признаки. Первая помощь пострадавшим. Вред самолечения.

Ядовитые грибы, их отличительные особенности. Отравления грибами, их признаки и последствия несвоевременного обращения к врачу.

Оказание первой помощи при отравлениях ядовитыми растениями.

Комнатные растения: вред и польза.

Ландшафт – как средство повышения эмоционального здоровья человека.

Опасность подстерегает во дворе, на улице при неправильном поведении.

Ссадины, порезы, раны и их опасность. Дезинфекция ран.

Вывихи, переломы, растяжения, их симптомы. Первая помощь пострадавшим.

Травмы головы. Сотрясение головного мозга, признаки сотрясения и его последствия.

Кровотечения. Виды кровотечений, способы их остановки.

Неожиданная опасность на прогулках, экскурсиях, на отдыхе.

Ядовитые насекомые, их опасность. Что делать при укусах мошек, в случае, когда ужалила пчела, оса, шмель, шершень. Клещи, комары, комнатные мухи.

Домашние животные, правила общения с ними. Болезни, которые передаются от животных человеку или переносятся животными. Что делать, если поцарапала кошка, укусила собака.

Необходимость прививок от бешенства.

Солнце, воздух и вода — жизненно необходимые экологические факторы. Последствия их неумелого использования: солнечные ожоги, солнечные и тепловые удары, обморожения.

Обморожение и Простудные заболевания. Профилактика простудных заболеваний.

Последствия переохлаждения.

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

Хождение босиком — древнейший способ закаливания. Основные методы закаливания водой.

Практические занятия.

Составление памятки «Правила поведения на природе»

«Оказание первой помощи пострадавшим на пожаре»

Составление памятки-презентации «Ядовитые растения Саратовской области»

Составление памятки-презентации «Первая помощь при солнечном и тепловом ударе» Проект «Мой двор»

«Правила обработки раны»

Наложение шины фиксирующей повязкой

Наложение давящей повязки, закрутки, жгута.

Составление памятки-презентации «Первая помощь при солнечном и тепловом ударе»

Действия при выполнении искусственного дыхания и непрямого массажа сердца

Итоговое занятие (1 ч.)

Практические занятия.

Итоговое тестирование.

2.1.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Форма организации деятельности обучающихся на занятиях

Реализация данной дополнительной общеобразовательной программы предусматривает внедрение современных педагогических технологий, содействующих эффективному развитию внутреннего потенциала учащихся. Среднее звено, для которого разработана данная программа, ориентировано в большей степени на профориентационное самоопределение учащихся. В этой связи при выполнении программы предусматривается не только лекционно-семинарская система занятий, но и ряд практических занятий с использованием специального оборудования.

Во время проведения занятий используются различные методы обучения, комбинируя теорию с практикой. Образовательный процесс предполагает применение дистанционных образовательных технологий (ДОТ), реализуемых с применением информационных технологий при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии учащегося и педагога.

Форма проведения занятий

Собеседования, наблюдение, практические задания, самоподготовка, индивидуальные и групповые консультации, групповые обсуждения

Форма организации учебной деятельности с применением ДОТ – индивидуальная. Общение с педагогом происходит дистанционно. Обучение с использованием ДОТ дает возможность освоения программы непосредственно по месту жительства или местонахождению обучающегося.

Методы обучения и воспитания

Для реализации поставленной цели и задач программы применяются словесные, наглядные, практические приемы и методы взаимодействия взрослого и ребенка. Разнообразные формы и методы обучения, направленные на процесс активной интеллектуально-практической деятельности, способствуют формированию устойчивых познавательных интересов ребенка.

Основные педагогические технологии:

- технологии объяснительно-иллюстративного обучения;
- личностно ориентированные технологии обучения;
- технологии развивающего обучения;
- здоровье сберегающие технологии обучения;
- информационно-коммуникативные технологии.

2.2.Условия реализации программы

-Материально техническое обеспечение:

Для реализации данной дополнительной программы предусматривается использование **материально-технической базы учебного кабинета коворкинга Центра «Точка роста» и кабинета биологии:**

1. Скелет человека
2. Торс человека
3. Тренажер по реанимации «Максим»
4. Муляжи и накладки по травмам
5. Мультимедийная система для демонстрации отдельных тем занятий
6. Медицинские средства для оказания первой доврачебной помощи: перевязочный материал, шины, жгуты, антисептики, ножницы.
7. Аптечки ПМП.
8. Плакаты и таблицы по первой медицинской помощи
9. Фонендоскопы, тонометры, секундомер
10. Предметы ухода за больным
11. Образцы рисунков, иллюстрации травм (по теме занятия.)

Для решения задач программы всё материально – техническое обеспечение должно быть в необходимом количестве, т. е. минимум по 1 шт на человека.

- Техническое и программное обеспечение

Персональные компьютеры с процессором не ниже 2 ГГц и 2 Гб оперативной памяти с установленной операционной системой Windows.

Выход в Интернет.

Аудиоаппаратура

- Информационное обеспечение.

аудиоматериалы

видеоматериалы (видеоуроки, презентации)

- Методическое обеспечение.

Инструкция по технике безопасности в кабинете.

Правила поведения в кабинете

Инструкция по противопожарной безопасности.

Правила поведения в детском коллективе.

2.3. Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования.

2.4. Оценочные материалы

1) Анкетирование

Пожалуйста, укажите:

Ваш пол

- Мужской
- Женский

Ваш возраст (укажите полное число лет) _____

1. Выберите пункты, которые, по Вашему мнению, отражают содержание выражения «здоровый образ жизни»

- отказ от вредных привычек (курения, алкоголя, наркотиков)
- здоровое питание
- соблюдение режима дня
- соблюдение правил гигиены
- умеренное употребление алкоголя
- отсутствие беспорядочной половой жизни
- занятия спортом, поддержание оптимальной физической формы

2. Что, по Вашему мнению, можно отнести к выражению «здоровый образ жизни»?

- регулярное посещение врача с целью профилактики
- доброжелательные отношения с другими людьми
- умение справляться со своими эмоциями, гармония с собой
- интерес к информации о здоровом образе жизни
- широкий круг интересов, богатая духовная жизнь, наличие хобби
- другое (укажите) _____

3. Считаете ли Вы необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни?

- считаю, что это необходимо
- считаю, что это важно, но не главное в жизни
- эта проблема меня не волнует

4. Если Вы считаете необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни, что этому мешает?

- недостаток времени
- материальные трудности
- отсутствие необходимого упорства, воли, настойчивости
- отсутствие условий (укажите каких) _____
- другие причины (укажите, какие) _____

5. Дайте оценку состоянию вашего здоровья

- хорошее
- удовлетворительное
- слабое

6. Часто ли Вы посещаете врача?

- редко
- 2-3 раза в год
- прохожу ежегодный медосмотр
- ежемесячно

7. Как часто Вы принимаете лекарственные препараты?

- редко
- довольно часто
- постоянно

8. Придерживаетесь ли Вы здорового рациона и режима питания?

- да
- иногда
- нет

9. Занимаетесь ли Вы спортом?

- не занимаюсь
- иногда
- занимаюсь регулярно (2-3 раза в неделю)

10. Какими видами спорта Вы занимаетесь? (Укажите, какими именно)

11. Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?

- редко
- не менее 3-х раз в неделю
- ежедневно
- не употребляю
- не указано

12. Курите ли Вы?

- да
- курил, но бросил
- нет

13. Если курите, то, сколько сигарет Вы выкуриваете в день

- менее 1 пачки
- 1 пачка
- более 1 пачки

14. Пробовали ли Вы когда-нибудь наркотические или токсические вещества?

- да
- нет
- если да, то сколько раз? Укажите _____ раз

15. Часто ли Вы подвержены стрессам?

- да
- время от времени
- нет

16. Отметьте причины, которые вызывают у Вас стресс:

- финансовые трудности
- проблемы в коллективе
- проблемы в семье
- одиночество
- проблемы с учёбой
- другие _____

17. Есть ли у Вас какие-либо из указанных заболеваний?

- сердечно-сосудистые
- опорно-двигательного аппарата
- желудочно-кишечного тракта
- сахарный диабет
- нет

18. Из каких источников Вы получаете информацию о здоровом образе жизни?

- на учебных занятиях
- из средств массовой информации
- через интернет
- из специальной литературы
- из других источников (укажите, каких) _____

Промежуточный тест

1. Здоровый образ жизни направлен на:

- А) сохранение и улучшение здоровья;
- Б) развитие физических качеств;
- В) поддержание высокой работоспособности.

2. Назовите основные факторы риска в образе жизни людей:

- А) малая двигательная активность, психологические стрессы;
- Б) переизбыток, алкоголизм, наркомания, курение;
- В) все перечисленное

3. Выберите правильные ответы. В двигательный режим школьника входят:

- А) зарядка;
- Б) уроки физической культуры;
- В) прием пищи;
- Г) чтение книг;
- Д) работа за компьютером;
- Е) просмотр спортивных телепередач;
- Ж) прогулка

4. Утренняя гигиеническая гимнастика способствует:

- А) переходу организма от заторможенного состояния к активной деятельности;
- Б) развитию выносливости;
- В) повышению артериального давления;
- Г) все перечисленное

5. Физическая работоспособность – это:

- А) способность человека быстро выполнять работу;
- Б) способность выполнять разные виды работ;
- В) способность к быстрому восстановлению после работы;
- Г) способность выполнять большой объем работы.

6. Основу двигательного режима составляют:

- А) физические упражнения и занятия спортом;
- Б) развитие физических способностей;
- В) способы поддержания физической работоспособности;
- Г) развитие двигательных умений и навыков.

7. Выберите правильные ответы. Что относится к процедурам закаливания:

- А) питье холодной воды;
- Б) прогулка под дождем;
- В) обливание водой;
- Г) прохладный душ;
- Д) солнечные ванны;
- Е) держание ног в тазу с горячей водой;
- Ж) выполнение физических упражнений.

8. Выберите правильные ответы. К личной гигиене относится:

- А) чистка зубов;
- Б) чистка ковров;
- В) смена постельного белья;
- Г) мытье рук и тела;
- Д) расчесывание волос.

9. Для того, чтобы сохранить зубы, нельзя:

- А) есть много твердой пищи;
- Б) есть много сладкого;
- В) есть поздно вечером.

10. Чтобы предотвратить заболевание зубов их необходимо чистить зубной щеткой:

- А) два раза в день утром и вечером;
- Б) три раза в день утром, днем и вечером;
- В) каждый раз после еды в течение дня;
- Г) все перечисленное.

11. Назовите основные причины лишнего веса:

- А) пропуск уроков физической культуры;
- Б) избыточное питание и недостаточная двигательная активность;
- В) избыток в пище жиров, углеводов, белков и слабые мышцы.

12. Избыточный вес:

- А) укрепляет опорно-двигательный аппарат;
- Б) тренирует сердечно-сосудистую систему;
- В) активизирует обмен веществ;
- Г) оказывает отрицательное воздействие на системы организма.

13. В каких продуктах больше всего содержится углеводов:

- А) в меде, хлебопродуктах, крупах;
- Б) в мясопродуктах, рыбопродуктах;
- В) в овощах и фруктах.

14. В каких продуктах больше всего содержится жиров:

- А) в сыре, какао;
- Б) в масле, свинине;
- В) в печенье, твороге.

15. Руки необходимо мыть с мылом:

- А) перед приемом пищи;
- Б) после посещения туалета;
- В) после прогулки;
- Г) все перечисленное.

Итоговый тест

При наличии велосипедной дорожки...

- А) нужно ехать только по ней;
- Б) ехать только по тротуару;
- В) ехать по проезжей части;
- Г) ехать в крайнем левом ряду вместе с автомобилями;
- Д) верно все вышеуказанное.

2. Чего нельзя делать во время грозы?

- А) все ответы верные;
- Б) купаться в водоёмах;
- В) касаться металлических сооружений;
- Г) держать в руках длинные металлические предметы;
- Д) стоять рядом с высокими деревьями.

3. В какое время года реки и озёра опасны?

- А) в любое время года; Б) весной; В) зимой; Г) летом; Д) осенью.

4. Чрезмерное понижение температуры тела человека под воздействием холода – это...

- А) переохлаждение; Б) болевой шок; В) отморожение; Г) перелом; Д) обморок.

5. Сколько времени подросткам можно находиться у монитора компьютера?

- А) 60 мин; Б) 3 часа; В) 30 мин; Г) 6 часов; Д) сколько хочешь

6. Что делать если укусил клещ?

- А) аккуратно расшатать и потянуть насекомое против часовой стрелки;
- Б) раздавить насекомое;
- В) залить кипятком;
- Г) приложить бинт с бензином
- Д) смазать клеща вареньем.

7. Повреждение тканей организма, вызванное действием высокой температуры, называется

...

- А) ожогом;
- Б) отморожением;
- В) тепловым ударом;
- Г) ушибом;
- Д) разрывом связок.

8. Правила поведения на воде.

- А) купание в разрешённых местах;
- Б) плавание во время грозы;
- В) разрешено глубоко нырять и заплывать за буйки;
- Г) можно цепляться за судно;
- Д) можно купаться ночью.

9. Какой должна быть толщина льда, чтобы по нему можно было передвигаться человеку?

- А) не менее 10 см.;

- Б) не менее 15 см.;
- В) не менее 18 см.;
- Г) не менее 20 см.;
- Д) не менее 25 см.

10. Для чего человеку нужны витамины?

- А) витамины способствует нормальному росту и развитию организма;
- Б) это таблетки, стимулирующие бодрость;
- В) они заменяют еду человеку;
- Г) чтобы играть;
- Д) они не нужны.

11. Вечерний приём пищи должен быть за...

- А) 2-3 часа до сна;
- Б) 30 минут до сна;
- В) 4 часа до сна;
- Г) 1 час до сна;
- Д) 5 минут до сна.

12. Ты получил ушиб. При этом:

- А) появилась боль;
- Б) появилась сыпь на коже;
- В) видны кости на месте повреждения;
- Г) продолжаешь активно двигаться;
- Д) ничего не происходит.

13. Чтобы остановить кровь и для обеззараживания раны на улице можно использовать:

- А) подорожник;
- Б) листья тополя;
- В) листья берёзы;
- Г) плоды яблони;
- Д) плоды рябины.

14. Что делать при укусах насекомых:

- А) дать таблетку от аллергии и промыть ранку раствором марганцовки;
- Б) позвонить родителям;
- В) громко кричать;
- Г) ничего не делать;
- Д) позвонить в службу спасения

15. Назови признак теплового удара у детей:

- А) сухая горячая кожа, учащенный пульс;
- Б) ведёт себя активно;
- В) кожные покровы холодные;
- Г) появление сыпи по всему телу;
- Д) у детей не может быть теплового удара.

16. Что делать при ожоге в домашних условиях?

- А) убрать с повреждённого участка тела горячий предмет;
- Б) проколоть появившийся волдырь иглой;
- В) обработать сам ожог зеленкой;
- Г) смазать обожженную кожу маслом;
- Д) вызвать пожарных.

17. Что значит автономное существование?

- А) когда человек «один на один» с природой;
- Б) отдых на городском пляже в большой компании;
- В) выезд за границу с друзьями;
- Г) путешествие с семьёй на корабле;
- Д) поход в ближайший магазин.

18. С какого возраста можно ездить на велосипеде по краю проезжей части?

- А) с 14 лет; Б) с 10 лет; В) с 16 лет; Г) с 18 лет; Д) с любого возраста.

19. Назовите международный сигнал бедствия.

- А) SOS; Б) DOS; В) KOS; Г) SOC; Д) KOS;

20. Что делать, если пристаёт незнакомый человек?

- А) кричать: «Я вас не знаю! Я никуда с вами не пойду!»;
- Б) сесть в машину к незнакомому человеку;
- В) пойти с ним за гаражи, в подвал;
- Г) позовёте его играть;
- Д) поведёте его к себе домой.

Ключ к тесту: 1-А; 2-А; 3-А; 4-А; 5-А; 6-А; 7-А; 8-А; 9-А; 10-А; 11-А; 12-А; 13-А; 14-А; 15-А; 16-А; 17-А; 18-А; 19-А; 20-А.

2.5. Литература для педагога

1. Артюнина Г.П. Основы медицинских знаний: учеб.пособие для студентов педагогических вузов./ Г.П.Артюнина. – М.: Академический проект, 2009. – 766 с.
2. Большая медицинская энциклопедия.под. ред. Бородулина В.И. 4-е изд. – М.: Рипол Классик, 2007. – 960с.
3. Бубнов В.Г. Атлас добровольного спасателя: первая медицинская помощь на месте происшествия: учеб.пособие / В.Г. Бубнов; Н.В. Бубнова; под. ред. Г. А. Короткина. – 4-е изд., стереотип. – М.:АСТ: Астрель, 2008.–. – 79 с.
4. Гоголев, М. И. Подготовка санитарных дружин в общеобразовательных школах и профессионально-технических училищах. – М.: Медицина, 1989.
5. Гомончук, А. И. Основы медицинских знаний. Десмургия. Гемостаз. Иммобилизация. 2001.
6. Медико-санитарная подготовка учащихся / под ред. П. А. Курцева. – М.: Просвещение, 1991.
7. Основы медицинских знаний учащихся / под ред. М. И. Гоголева. – М.: Просвещение, 1995.
8. Интернет-ресурсы

2.6. Литература для обучающихся.

- 1.Сонин Н.И., СапинМ.Р.«Биология. Человек.8 класс». - М.: Дрофа, 2012.-215
2. Детская энциклопедия. Т.18. Человек. – М.: «Аванта+», 2002.- 464 с.
- 3.Тен Е.Е. Основы медицинских знаний: учебник. – 4-е изд. / Е.Е. Тен – М.: Академия, 2008. – 256 с.