


РАССМОТРЕНО
Зам.директора по УР
МБОУ «СОШ №1
ст. Сторожевой им. М.И.
Бруснёва»
 И.Г. Крикунова

СОГЛАСОВАНО
Педсовет МБОУ «СОШ
Сторожевой им. М.И.
Бруснёва»
Протокол №1 от 29.08.2023

УТВЕРЖДЕНО
№1 ст. Директор МБОУ «СОШ №1
Сторожевой им. М.И. Бруснёва»
им. М.И. ст. Сторожевой им. М.И. Бруснёва
В.С. Попова
Приказ № 81 от 29.08.2023



**Рабочая программа
дополнительного образования детей
естественнонаучной направленности
«Основы медицинских знаний»**

МБОУ «СОШ №1 ст. Сторожевой им. М.И. Бруснёва»
5-9 класс

Разработчик программы:

Сельгеева Н.Б.,
учитель биологии

ст. Сторожевая, 2023

Пояснительная записка

Данная программа внеурочной деятельности предназначена для обучающихся 5-8 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 дисциплины «Основы медицинских знаний» составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального дополнительного образования 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 видеофильмов.

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 и здорового образа жизни» составляет 136 часов и изучается в

Течение 4 лет с 5-8 класс.

Содержание

5 класс

Введение

Валеология — наука о здоровом образе жизни. Сущность понятий «здоровье», «здоровый образ жизни», «болезнь». Гигиена как наука.

1. Пищеварение.

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.

Практическое занятие. 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». Вред самолечения при острых кишечных заболеваниях. Глистные заболевания. Профилактика и лечение гельминтозов. Признаки гельминтозов у детей.

2. Кожа

Кожа, ее строение, понятие о функциях кожи. Уход за кожей тела, лица, рук. Причины и профилактика гнойничковых заболеваний кожи. Уход за волосами, основные моющие средства для волос, их правильный выбор. Профилактика и лечение жирной себореи волос. Уход за ногтями. Профилактика грибковых заболеваний кожи, ногтей. Чесотка, ее причины. Способы передачи чесотки, ее профилактика и лечение. Кожные паразиты. Педикулез, его профилактика. Блохи и вши как переносчики возбудителей инфекционных заболеваний, борьба с ними. Болезни, которыми можно заразиться от животных. Гигиенические правила обращения с животными (хомяками, крысами, кошками, собаками).

3. Дыхание

Понятие о строении и функциях органов дыхания. Состав воздуха, роль состава воздуха в поддержании здоровья человека. Правильное дыхание — носовое дыхание.

Гигиена дыхания. Роль вентиляции, проветривания и нормальной влажности в классах и жилых помещениях. Болезни органов дыхания, пути передачи и профилактика гриппа, туберкулеза и др. Поведение во время эпидемии гриппа, правильное поведение больных и тех, кто ухаживает за больными. Курение. Болезни. Состав табачного дыма, его влияние на здоровье курильщиков и окружающих.

4. Органы чувств. Осанка.

Органы чувств, их значение для человека. Понятие о строении 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.

1. Гигиена труда и отдыха

Режим для школьника. Каким он должен быть? Практическое занятие. Составление примерного режима для школьников, посещающих занятия в 1 смену. Гигиена умственного труда. Значение чередования различных видов деятельности. Значение отдыха, физических упражнений, физкультминуток. Как лучше готовить уроки. Приемы

повышения продуктивности работы и уменьшения утомляемости. Как укрепить память. Приемы запоминания. Роль опор и повторения. Значение физических нагрузок для укрепления здоровья. Пагубные последствия гиподинамии. 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.

6 класс

1. Окружающая среда

Единство человека и природы. Зависимость здоровья от окружающей среды и умение человека противостоять вредным экологическим факторам. Экологическая ситуация в Кемеровской области.

2. Основы безопасности в быту и на природе

Факторы опасности в быту, в собственном жилище. Огонь — фактор повышения опасности. Термические ожоги, оказание первой помощи пострадавшим. Химические ожоги, первая помощь при ожогах кислотой, желчью, негашеной известью. Отравления газом, первая помощь пострадавшим. Предупреждение утечки газа и отравления им.

Как избежать пищевых отравлений. При знаки пищевого отравления, первая помощь по пострадавшим. Вред самолечения. Ядовитые грибы, их отличительные особенности. Отравления грибами, их признаки и последствия несвоевременного обращения к врачу.

Ядовитые растения КЧР, их отличительные особенности. Оказание первой помощи при отравлениях ядовитыми растениями. Опасность подстерегает во дворе, на улице при неправильном поведении. Садины, порезы, раны и их опасность. Дезинфекция ран. Вывихи, переломы, растяжения, их симптомы. Первая помощь пострадавшим. Демонстрация наложения шины фиксирующей повязкой. Травмы головы. Сотрясение головного мозга, признаки сотрясения и его последствия. Кровотечения. Виды кровотечений, способы их остановки. Демонстрация наложения давящей повязки, закрутки, жгута. 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 — опасные переносчики энцефалита. Что делать, если присосался клещ, как одеваться и вести себя, чтобы этого не случилось. Комары. Вред, который они приносят людям и животным. Малярийный комар — переносчик малярии, борьба с комарами. Комнатные мухи — опасные переносчики возбудителей инфекционных заболеваний и яиц глистов. 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, отморожения. Первая помощь пострадавшим.

Последствия переохлаждения. Простудные заболевания. Профилактика простудных заболеваний.

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

Природные катаклизмы. Как вести себя в экстремальной ситуации, как помочь себе и пострадавшим. Стрессы, их причины, характеристика, влияние на организм. Методы противострессовой помощи. Причины развития стойких неврозов и их профилактика.

Закаливание, факторы закаливания. Правила закаливания. Основные правила приема воздушных и солнечных ванн для закаливания организма.

Хождение босиком — древнейший способ закаливания. Основные методы закаливания водой. Растения и здоровье. О пользе комнатных растений. Опасные соседи (о ядовитых и колючих комнатных растениях).

7 класс

Введение. Полезные и вредные привычки.

1. Влияние наркотических средств на организм человека

Понятие о наркотических веществах. Свойства наркотических веществ. Краткий обзор наркотиков. Влияние наркотиков на организм. Первые признаки употребления наркотиков у подростков. Факторы высокой скрытности наркоманов. Особенности психики и поведения наркоманов. Общеизвестные «лекарства» от наркотической зависимости. Наркотики и закон. Токсикомания и здоровье. Отдаленные последствия токсикомании.

2. Влияние никотина на организм человека

Табак завоевывает мир. История табакокурения. Почему люди курят. Причины приобщения подростков к табакокурению. Химический состав табака, табачного дыма. Никотин — наркотическое вещество. Общее действие табачного дыма на организм, на здоровье. Влияние курения на нервную систему. Механизм появления никотиновой зависимости. Курение и болезни органов дыхания. Рак неизбежное последствие длительного курения. Влияние курения на сердечнососудистую систему, на органы пищеварения. Вред курения для красоты и здоровья девушек, женщин. Влияние на потомство. Общественный вред курения. Опасность, которая подстерегает потенциальных курильщиков, окружающих настоящих курильщиков. Курить можно бросить! Курить надо бросить!

3. Влияние алкоголя на организм человека

Алкоголь — наркотическое вещество. Древние истоки пьянства. Что люди пьют. Этиловый спирт — основа всех алкогольных напитков, его свойства. Общетоксическое действие алкоголя на организм. Влияние алкоголя на половую функцию и потомство. Опыты над животными. Алкоголиками становятся незаметно. Стадии алкоголизма. Алкоголизм и психические болезни. Белая горячка — последствие алкоголизма. Алкоголизм и семья. Алкоголизм и общество. Экскурсия в наркологическое отделение психиатрической больницы.

8 класс

1. Ранения. Оказание первой медицинской помощи при них.

Раны. Десмургия. Первая помощь при ранениях. Практическое занятие «Оказание первой помощи при ранениях. Перевязка» Кровотечения. Оказание первой медицинской помощи при них. Кровотечения и их характеристика. Гомеостаз. Остановка кровотечений. Практическое занятие «Оказание первой помощи при кровотечениях»

2. Переломы. Оказание первой медицинской помощи при них.

Переломы, их основные признаки. Имобилизация. Первая помощь при переломах. Практическое занятие «Оказание первой помощи при переломах»

3. Реанимация

Состояния клинической и физиологической смерти. Остановка дыхания и прекращение сердечной деятельности. Способы реанимации: искусственное дыхание и

непрямой массаж сердца. Практическое занятие «Оказание первой помощи при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания»

4. Ожоги и обморожения.

Ожоги: термические и химические. Степени и симптомы. Обморожения. Общее обморожение организма. Практическое занятие «Оказание первой помощи при ожогах и обморожениях» Травматический шок и противошоковые мероприятия.

5. Инфекционные болезни.

Инфекционные болезни: возбудители, группы, причины.

Дезинфекция и профилактические мероприятия. Пищевые инфекции: дизентерия, сальмонеллез, холера и другие. Инфекции, предающиеся половым путем. СПИД.

6. Функциональные характеристики и пробы как показатель состояния здоровья человека.

Соматоскопия и соматометрия. Практическая работа в парах.

Практическое занятие «Функциональная проба. Реакция сердечно-сосудистой системы на дозиро- ванную нагрузку». Экскурсия в медицинское учреждение.

Итоговое занятие

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Рекомендуемая литература

1. Борисевич А.И. Словарь терминов и понятий по анатомии человека: Учебное пособие для высшей школы – М 2006. – 272с.
2. Барановский А.Ю. Руководство по домашней медицине. Наука. Санкт- Петербург, 2003. 612с.
3. Заликина Л.С. Общий уход за больными. М.: Медицина, 2003. – 310с.
4. Колесов Д.В. Основы гигиены и санитарии. – М.: Просвещение, 1989. 224с.
5. Обуховец Т.П., Склярова Т.А., Чернова О.В. Основы сестринского дела. Медицина для вас. Ростов н/Д, 2009. - 432с.
6. Палеев Н.Р. Справочник врача общей практики. М.: Медицина, 2008. – 926с.

Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Скелет человека
2. Торс человека
3. Тренажер по реанимации «Максим»
4. Муляжи и накладки по травмам
5. Видеофильмы
6. Мультимедийная система для демонстрации отдельных тем занятий
7. Медицинские средства для оказания первой доврачебной помощи: носилки, перевязочный материал, шины, жгуты, антисептики
8. Плакаты и таблицы по первой медицинской помощи
9. Фонендоскопы, тонометры, секундомер
10. Предметы ухода за больным

Тематическое планирование 5класс

ГИГИЕНА — ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ

| № п/п | Название разделов, тем | Кол-во часов | | |
|-------|--|--------------|----------|----------|
| | | всего | теория | практика |
| | Введение | | | |
| | Валеология — наука о здоровом образе жизни. Сущность понятий «здоровье», «здоровый образ жизни», «болезнь». Гигиена как наука. | 1 | 1 | |
| | 2. Пищеварение | 6 | 5 | 1 |
| 1.1 | Система органов пищеварения, ее строение и функции. Значение правильного питания. | | 1 | |
| 1.2 | Уход за зубами. Причина кариеса. Профилактика кариеса. Значение регулярных осмотров у зубного врача и выполнение его рекомендаций. | | 1 | |
| 1.3 | Практическое занятие. Подбор зубной щетки, выбор зубной пасты, правила чистки зубов. | | | 1 |
| 1.4 | Понятие о рациональном питании. Режим питания. Гигиена питания. | | 1 | |
| 1.5 | Желудочно-кишечные болезни, их причины. Меры предупреждения «болезней грязных рук». Вред самолечения при острых кишечных заболеваниях. | | 1 | |
| 1.6 | Глистные заболевания. Профилактика и лечение гельминтозов. Признаки гельминтозов у детей. | | 1 | |
| | 3. Кожа | 8 | 8 | |
| 2.1 | Кожа, ее строение, понятие о функциях кожи. | | 1 | |
| 2.2 | Уход за кожей тела, лица, рук. | | 1 | |
| 2.3 | Причины и профилактика гнойничковых заболеваний кожи. | | 1 | |
| 2.4 | Уход за волосами, основные моющие средства для волос, их правильный выбор. Профилактика и лечение жирной себореи волос. | | 1 | |
| 2.5 | Уход за ногтями. Профилактика грибковых заболеваний кожи, ногтей. | | 1 | |
| 2.6 | Чесотка, ее причины. Способы передачи чесотки, ее профилактика и лечение. | | 1 | |
| 2.7 | Кожные паразиты. Педикулез, его профилактика. Блохи и вши как переносчики возбудителей инфекционных заболеваний, борьба с ними. | | 1 | |
| 2.8 | Болезни, которыми можно заразиться | | 1 | |

| | | | | |
|-----|--|-----------|-----------|----------|
| | от животных. Гигиенические правила обращения с животными (хомяками, крысами, кошками, со баками). | | | |
| | 4. Дыхание | 5 | 5 | |
| 3.1 | Понятие о строении и функциях органов дыхания. | 1 | 1 | |
| 3.2 | Состав воздуха, роль состава воздуха в поддержании здоровья человека. Правильное дыхание — носовое дыхание. | 1 | 1 | |
| 3.3 | Гигиена дыхания. Роль вентиляции, проветривания и нормальной влажности в классах и жилых помещениях. | 1 | 1 | |
| 3.4 | Болезни органов дыхания, пути передачи и профилактика гриппа, туберкулеза и др. Поведение во время эпидемии гриппа, правильное поведение больных и тех, кто ухаживает за больными. | 1 | 1 | |
| 3.5 | Курение. Болезни. Состав табачного дыма, его влияние на здоровье курильщиков и окружающих. | 1 | 1 | |
| | 5. Органы чувств. Осанка. | 14 | 11 | 3 |
| 4.1 | Органы чувств, их значение для человека. Понятие о строении глаза. Гигиена зрения. Причины близорукости, ее профилактика. | 1 | 1 | |
| 4.2 | Понятие о строении уха. Гигиена слуха. Вредные влияния шума на здоровье. | 1 | 1 | |
| 4.3 | Факторы нарушения осанки. Профилактика искривления позвоночника и плоскостопия. Правильная рабочая поза — залог красоты и здоровья. | 1 | 1 | |
| 4.4 | Гигиена труда и отдыха | 1 | 1 | |
| 4.5 | Режим для школьника. Каким он должен быть? | 1 | 1 | |
| 4.6 | Практическое занятие. Составление примерного режима для школьников, посещающих занятия в 1 смену. | 1 | | 1 |
| 4.7 | Гигиена умственного труда. Значение чередования различных видов деятельности. Значение отдыха, физических упражнений, физкультминуток. | 1 | 1 | |
| 4.8 | Как лучше готовить уроки. Приемы повышения продуктивности работы и уменьшения утомляемости. | 1 | 1 | |
| 4.9 | Как укрепить память. Приемы запоминания. Роль опор и повторения. | 1 | 1 | |

| | | | | |
|------|---|-----------|-----------|----------|
| | Значение физических нагрузок для укрепления здоровья. Пагубные последствия гиподинамии. | 2 | 1 | 1 |
| 4.10 | Утренняя зарядка и физкультура, их значение для укрепления здоровья, для получения положительных эмоций и приобретения необходимых моральных качеств. | 1 | | 1 |
| 4.11 | Сон, его значение для сохранения здоровья. Гигиена сна. | 1 | 1 | |
| 4.12 | Отдых, его значение в поддержании здоровья и высокой работоспособности. Роль активного отдыха для учащихся . Летние каникулы — лучшее время для оздоровления. | 1 | 1 | |
| | Итого | 34 | 30 | 4 |

Тематическое планирование 6 класс

ЗДОРОВЬЕ И ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА

| № п/п | Название разделов, тем | Кол-во часов | | |
|-------|---|--------------|-----------|----------|
| | | всего | теория | практика |
| | 1. Окружающая среда | 2 | 2 | |
| 1.1 | Единство человека и природы. Зависимость здоровья от окружающей среды и умение человека противостоять вредным экологическим факторам. | 1 | 1 | |
| 1.2 | Экологическая ситуация в Кемеровской области. | 1 | 1 | |
| | 2. Основы безопасности в быту и на природе | 32 | 24 | 8 |
| 2.1 | Факторы опасности в быту, в собственном жилище. Огонь — фактор повышения опасности. Термические ожоги, оказание первой помощи пострадавшим. | 1 | 1 | |
| 2.2 | Химические ожоги, первая помощь при ожогах кислотой, желчью, негашеной известью. | 1 | 1 | |
| 2.3 | Отравления газом, первая помощь пострадавшим. Предупреждение утечки газа и отравления им. | 2 | 1 | 1 |

| | | | | |
|------|---|---|---|---|
| 2.4 | Как избежать пищевых отравлений. При знаки пищевого отравления, первая помощь по страдавшим. Вред самолечения. | 1 | 1 | |
| 2.5 | Ядовитые грибы, их отличительные особенности. Отравления грибами, их признаки и по следствия несвоевременного обращения к врачу. | 1 | 1 | |
| 2.6 | Ядовитые растения Кемеровской области, их отличительные особенности. Оказание первой помощи при отравлениях ядовитыми растениями. | 1 | 1 | |
| 2.7 | Опасность подстерегает во дворе, на улице при неправильном поведении. Садины, порезы, раны и их опасность. Дезинфекция ран. | 2 | 1 | 1 |
| 2.8 | Вывихи, переломы, растяжения, их симптомы. Первая помощь пострадавшим. Демонстрация наложения шины фиксирующей повязкой. | 3 | 1 | 2 |
| 2.9 | Травмы головы. Сотрясение головного мозга, признаки сотрясения и его последствия. | 1 | 1 | |
| 2.10 | Кровотечения. Виды кровотечений, способы их остановки. Демонстрация наложения давящей повязки, закрутки, жгута. | 3 | 1 | 2 |
| 2.11 | Неожиданная опасность на прогулках, экскурсиях, на отдыхе. Ядовитые насекомые, их опасность. Что делать при укусах мошек, в случае, когда ужалила пчела, оса, шмель, шершень. | 1 | 1 | |
| 2.12 | Клещи — опасные переносчики энцефалита. Что делать, если присосался клещ, как одеваться и вести себя, чтобы этого не случилось. | 1 | 1 | |
| 2.13 | Комары. Вред, который они приносят людям и животным. Малярийный комар — переносчик малярии, борьба с комарами. | 1 | 1 | |
| 2.14 | Комнатные мухи — опасные переносчики возбудителей инфекционных заболеваний и яиц глистов. | 1 | 1 | |
| 2.15 | Домашние животные, правила общения с ними. Болезни, которые передаются от животных человеку или переносятся животными. Что делать, если поцарапала кошка, укусила | 1 | 1 | |

| | | | | |
|------|---|----|----|---|
| | собака. Необходимость прививок от бешенства. | | | |
| 2.16 | Солнце, воздух и вода — жизненно необходимые экологические факторы. Последствия их неумелого использования: солнечные ожоги, солнечные и тепловые удары, отморожения. Первая помощь пострадавшим. | 1 | 1 | |
| 2.17 | Последствия переохлаждения. Простудные заболевания. Профилактика простудных заболеваний. | 1 | 1 | |
| 2.18 | Несчастные случаи на воде. Помощь утопающим. Понятия о реанимации; искусственное дыхание, непрямой массаж сердца. | 3 | 1 | 2 |
| 2.19 | Природные катаклизмы. Как вести себя в экстремальной ситуации, как помочь себе и пострадавшим. | 1 | 1 | |
| 2.20 | Стрессы, их причины, характеристика, влияние на организм. Методы противострессовой помощи. | 1 | 1 | |
| 2.21 | Причины развития стойких неврозов и их профилактика. | 1 | 1 | |
| 2.22 | Закаливание, факторы закаливания. Правила закаливания. Основные правила приема воздушных и солнечных ванн для закаливания организма. | 1 | 1 | |
| 2.23 | Хожение босиком — древнейший способ закаливания. Основные методы закаливания водой. | 1 | 1 | |
| 2.24 | Растения и здоровье. О пользе комнатных растений. Опасные соседи (о ядовитых и колю чих комнатных растениях). | 1 | 1 | |
| | Итого | 34 | 26 | 8 |

Тематическое планирование 7 класс
ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

| № п/п | Название разделов, тем | Кол-во часов | | |
|-------|--|--------------|----------|----------|
| | | всего | теория | практика |
| | Введение. Полезные и вредные привычки. | 1 | 1 | |
| | 1. Влияние наркотических средств на организм человека | 8 | 8 | |
| 1.1 | Понятие о наркотических веществах. Свойства наркотических веществ. | 1 | 1 | |

| | | | | |
|------|---|-----------|-----------|--|
| 1.2 | Краткий обзор наркотиков. Влияние наркотиков на организм. | 1 | 1 | |
| 1.3 | Первые признаки употребления наркотиков у подростков. | 1 | 1 | |
| 1.4 | Факторы высокой скрытности наркоманов. | 1 | 1 | |
| 1.5 | Особенности психики и поведения наркоманов. | 1 | 1 | |
| 1.6 | Общедоступные «лекарства» от наркотической зависимости. | 1 | 1 | |
| 1.7 | Наркотики и закон. | 1 | 1 | |
| 1.8 | Токсикомания и здоровье. Отдаленные последствия токсикомании. | 1 | 1 | |
| | 2.Влияние никотина на организм человека | 11 | 11 | |
| 2.1 | Табак завоевывает мир. История табакокурения. | 1 | 1 | |
| 2.2 | Почему люди курят. Причины приобщения подростков к табакокурению. | 1 | 1 | |
| 2.3 | Химический состав табака, табачного дыма. Никотин — наркогенное вещество. | 1 | 1 | |
| 2.4 | Общее действие табачного дыма на организм, на здоровье. | 1 | 1 | |
| 2.5 | Влияние курения на нервную систему. Механизм появления никотиновой зависимости. | 1 | 1 | |
| 2.6 | Курение и болезни органов дыхания. Рак неизбежное последствие длительного курения. | 1 | 1 | |
| 2.7 | Влияние курения на сердечнососудистую систему, на органы пищеварения. | 2 | 2 | |
| 2.8 | Вред курения для красоты и здоровья девушек, женщин. Влияние на потомство. | 1 | 1 | |
| 2.9 | Общественный вред курения. Опасность, которая подстерегает потенциальных курильщиков, окружающих настоящих курильщиков. | 1 | 1 | |
| 2.10 | Курить можно бросить! Курить надо бросить! | 1 | 1 | |
| | 3.Влияние алкоголя на организм человека | 14 | 14 | |
| 3.1 | Алкоголь — наркотическое вещество. Древние истоки пьянства. | 1 | 1 | |
| 3.2 | Что люди пьют. Этиловый спирт — основа всех алкогольных напитков, его свойства. | 1 | 1 | |

| | | | | |
|-----|--|----|----|--|
| 3.3 | Общетоксическое действие алкоголя на организм. | 1 | 1 | |
| 3.4 | Влияние алкоголя на половую функцию и потомство. Опыты над животными. | 2 | 2 | |
| 3.5 | Алкоголиками становятся незаметно. Стадии алкоголизма. | 1 | 1 | |
| 3.6 | Алкоголизм и психические болезни. Белая горячка — следствие алкоголизма. | 2 | 2 | |
| 3.7 | Алкоголизм и семья. | 1 | 1 | |
| 3.8 | Алкоголизм и общество. | 1 | 1 | |
| 3.9 | Экскурсия в наркологическое отделение психиатрической больницы. | 4 | 4 | |
| | Итого | 34 | 34 | |

**Тематическое планирование 8 класс
ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ**

| № п/п | Название разделов, тем | Кол-во часов | | |
|-------|---|--------------|----------|----------|
| | | всего | теория | практика |
| | 1.Ранения. Оказание первой медицинской помощи при них. | 4 | 2 | 3 |
| 1.1 | Раны. Десмургия. | 1 | 1 | |
| 1.2 | Первая помощь при ранениях. | 1 | 1 | |
| 1.3 | Практическое занятие «Оказание первой помощи при ранениях. Перевязка» | 3 | | 3 |
| | Кровотечения. Оказание первой медицинской помощи при них. | 5 | 2 | 3 |
| 1.4 | Кровотечения и их характеристика. Гомеостаз. | 1 | 1 | |
| 1.5 | Остановка кровотечений. | 1 | 1 | |
| 1.6 | Практическое занятие «Оказание первой помощи при кровотечениях» | | | 3 |
| | 2 Дыхательная система | 2 | 1 | 1 |
| 2.1 | Дыхательная система и ее функции. | 1 | 1 | |
| 2.2 | Инородные тела дыхательных путей и помощь при них. | 1 | | 1 |
| | 3.Переломы. Оказание первой медицинской помощи при них. | 5 | 2 | 3 |
| 3.1 | Переломы, их основные признаки. Имобилизация. | 1 | 1 | |

| | | | | |
|-----|---|-----------|-----------|----------|
| 3.2 | Первая помощь при переломах | 1 | 1 | |
| 3.3 | Практическое занятие «Оказание первой помощи при переломах» | 3 | | 3 |
| | 4. Реанимация | 5 | 2 | 3 |
| 4.1 | Состояния клинической и физиологической смерти. Остановка дыхания и прекращение сердечной деятельности. | 1 | 1 | |
| 4.2 | Способы реанимации: искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. | 1 | 1 | |
| 4.3 | Практическое занятие «Оказание первой помощи при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания» | 3 | | 3 |
| | 5.Ожоги и обморожения. Электротравма | 4 | 2 | 2 |
| 5.1 | Ожоги: термические и химические. Степени и симптомы. | 1 | 1 | |
| 5.2 | Обморожения. Общее обморожение организма. Электротравма. | 1 | 1 | |
| 5.3 | Практическое занятие «Оказание первой помощи при ожогах и обморожениях» | 2 | | 2 |
| 5.4 | Травматический шок и противошоковые мероприятия. | 1 | 1 | |
| 5.5 | Травматический шок и противошоковые мероприятия.. | 1 | 1 | |
| | 6.Инфекционные болезни. | 4 | 4 | |
| 6.1 | Инфекционные болезни: возбудители, группы, причины. | 1 | 1 | |
| 6.2 | Дезинфекция и профилактические мероприятия. | 1 | 1 | |
| 6.3 | Пищевые инфекции: дизентерия, сальмонеллез, холера и другие. | 1 | 1 | |
| 6.4 | Инфекции, предающиеся половым путем. СПИД | 1 | 1 | |
| | 7.Функциональные характеристики и пробы как показатель состояния здоровья человека. | 4 | 1 | 2 |
| 7.1 | Соматоскопия и соматометрия. Практическая работа в парах. | 2 | 1 | 1 |
| 7.2 | Практическое занятие «Функциональная проба. Реакция сердечно-сосудистой системы на дозированной нагрузку.». | 1 | | 1 |
| | Итого | 34 | 17 | |

Рассмотрено

Согласовано

Утверждаю

Зам. Директора по УВР

Методический совет

Директор МКОУ «СОШ №1

_____ Шайдарова А.Г. МКОУ «СОШ №1 ст. Сторожевой

ст. Сторожевой

27.08.2021 г.

им. М.И.Бруснёва»

им. М.И.Бруснёва»

Протокол № 1 от 27.08.2021г.

_____ Попова В.С.

Приказ №65 от 27. 08.2021г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА «Основы медицинских знаний»

**отделения дополнительного образования
естественнонаучного направления
5 – 8 классы
(1 час в неделю; всего 136 часов)**

Составитель:

Учитель биологии

Сельгеева Н.Б.

2021 г