

муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 44»  
Центр дополнительного образования

Согласовано:  
школьное методическое объединение  
от «01» сентября 2018г.  
Протокол № 1

Утверждаю:  
Директор средней школы № 44  
(Бабунина С.Ю.)  
«01» сентября 2018г.



Принята на заседании Педагогического  
совета  
Протокол № 13  
«01» сентября 2018г.

социально-педагогическая направленность

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
объединения  
«Основы медицинских знаний и безопасность»**

Возраст обучающихся: 7-11 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Швецов Николай Александрович,  
педагог дополнительного образования

Ярославль, 2018

## *Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»*

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная программа предназначена для обучения учащихся кадетских классов. Преподавание курса «Основы медицинских знаний» для учащихся кадетских классов 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.

Кадеты, как будущие защитники нашей Родины 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.

#### **Актуальность программы.**

Сохранение и укрепление здоровья, физическое развитие – это важная и неотъемлемая часть подготовки кадетов как будущих воинов, 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 кадеты 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 кадета.

**Формы и режим занятий:** программа предусматривает использование фронтальной, индивидуальной и групповой форм обучения.

Программа предназначена для работы с детьми школьного возраста **7-11 лет**, рассчитана на 1 года обучения **1 раз в неделю по 2 часа**. Объем программы – **72 часа**.

## **Цели и задачи программы:**

### ***Цель программы:***

**Формировать у кадетов сознательного и ответственного отношения к сохранению и укреплению здоровья на основе принципов здорового образа жизни.**

### ***Задачи***

#### ***Предметные***

- 1.Познакомить учеников со строением и основными функциями человеческого организма.
- 2.Познакомить учащихся с различными видами травм и неотложных состояний.
- 3.Научить приемам оказания первой доврачебной помощи

#### **Метопредметные**

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

#### **Личностные**

- 1.Формировать навыки у учащихся на ведение здорового образа жизни, борьбу с вредными привычками

## Учебно-тематический план

### 1 год обучения

Разделы и темы	Форма аттестации		
		теория	практика
<b>Строение и функции организма человека</b>		<b>16</b>	4
<b>Основы здорового образа жизни</b>		<b>10</b>	4
<b>Первая медицинская помощь</b>		28	10

## Содержание курса

### **Тема 1. Строение и функции организма человека.**

Анатомическое строение организма человека. Органы и системы органов человека. Понятие об опорно-двигательном аппарате. Строение и функции дыхательной системы. Сердечно-сосудистая система и ее функции. Понятие о работе сердца и кровеносных сосудов. Критерии оценки работы сердечно-сосудистой системы. Пульс и артериальное давление. Возрастные нормы. Оценка деятельности сердечно-сосудистой системы. Пищеварительная система и ее роль для организма человека. Состав пищи, пищевой рацион. Мочеполовая система, ее функции. Органы чувств. Строение органа зрения, слуха, обоняния, осязания, их значение для организма человека. Эндокринные железы, выработка гормонов и их значение для организма человека. Центральная нервная система. Головной и спинной мозг, проводящие пути, нервные рецепторы. Руководящая роль центральной нервной системы в жизнедеятельности человека.

### **Тема 2. Основы здорового образа жизни**

Определение понятия «образ жизни». Основные пути формирования здоровья. Приоритеты здорового образа жизни. Составляющие здорового образа жизни. Здоровое питание, двигательная активность, занятия физкультурой и спортом, закаливание, личная гигиена. Курение и его влияние на здоровье человека. Употребление алкогольных напитков и их последствия. Алкоголизм как социальная болезнь. Наркомания и ее последствия. Профилактика вредных привычек и борьба с ними. Понятие об инфекционных болезнях. Профилактика инфекционных болезней. Болезни, передаваемые половым путем и их профилактика. Глистные инвазии.

### **Тема 3. Первая медицинская помощь**

Первая медицинская (доврачебная) помощь как возможность спасения человека при угрожающих его жизни состояниях. Этапы оказания первой медицинской помощи. Понятие об асептике и антисептике. Средства оказания первой помощи: перевязочный материал, шины, антисептики, табельные и подручные средства. Понятие о травме. Закрытые и открытые травмы. Кровотечения наружные и внутренние. Причины кровотечений и способы их остановки. Ожоги и обморожения. Укусы ядовитых змей, насекомых и принципы оказания первой помощи. Пищевые отравления, отравления ядовитыми растениями и грибами, способы промывания желудка. Электротравма, причины и последствия, правила оказания первой помощи. Инородные тела дыхательных путей, помощь. Утопление, причины, виды, способы извлечения из воды, оказание помощи утопающим. Удушье, отравление угарным и другими газами, оказание первой помощи. Неотложные состояния и помощь при них. Способы транспортировки пострадавших. Понятие о терминальных состояниях. Клиническая и биологическая смерть, их признаки. Понятие о реанимации и реанимационных мероприятиях.

**Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»:**

**□ Календарный учебный график**

Разделы и темы	теория	практ	Форма занятий	Форма контроля
<b>1.Строение и функции организма человека 20</b>				
1.1.Костно-мышечный скелет человека	2	2		
1.2.Дыхательная система и ее функции	2			
1.3.Сердечно-сосудистая система и ее функции	2			
1.4.Пищеварительная система и ее функции	2			
1.5.Мочеполовая система и ее функции	2			
1.6.Эндокринная система и ее функции	2			
1.7.Органы чувств и их назначение	2			
1.8.Центральная нервная система	2	2		
<b>2.Основы здорового образа жизни 14ч</b>				

2.1.Понятие о здоровье и болезни. Факторы риска для здоровья	2			
2.2.Занятия физкультурой, спортом, закаливание	2	2		
2.3.Инфекционные болезни и их профилактика	2			
2.4.Вредные привычки и борьба с ними	2	2		
2.5.Половое воспитание	2			
<b>3. Первая медицинская помощь 38часа</b>				
3.1.Понятие о первой помощи. Средства оказания первой помощи	2			
3.2.Понятие о травме. Закрытые травмы	2	2		
3.2.Открытые травмы. Раны и кровотечения.	2	2		
3.3.Открытые переломы	2	2		
3.4.Ожоги и обморожения	2			
3.5.Электротравма	2			
3.6.Укусы животных, насекомых, змей	2			

3.7.Отравления ядовитыми растениями, грибами	2			
3.8.Утопление, удушье, отравление угарным газом	2			
3.9. Инородные тела дыхательных путей и помощь при них	2			
3.10.Способы транспортировки пострадавших	2	2		
3.11. Понятие о неотложных состояниях и помощь при них	2			
3.12.Понятие о терминальных состояниях	2			
3.13.Сердечно-легочная реанимация	2			
Итоговая диагностика		2		

### Планируемые результаты

#### *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

**Условия реализации программы**

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

## **Формы проверки знаний**

1. Устный опрос

2. Выполнение реферативных работ

### **Перечень практических занятий для аттестации.**

1. Изучение скелета человека
2. Изучение расположения внутренних органов (на торсе человека)
3. Исследование пульса
4. Измерение артериального давления
5. Способы наложения бинтовых повязок на различные участки тела
6. Наложение шины при переломах костей
7. Остановка кровотечений с помощью жгута, закрутки, давящей повязки
8. Способы транспортировки пострадавших
9. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца Отработка навыков реанимации на тренажере.

## Список литературы.

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., Складорова 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.





