

Вологодская область
Великоустюгский муниципальный округ
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Васильевская основная общеобразовательная школа»

Принята
решением педагогического совета
(протокол № 1 от 29.08.2024)

Утверждена
приказом МБОУ «Васильевская ООШ»
№ 01-18/33 от 30.08.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Человек и его здоровье»

Естественнонаучная направленность

Уровень программы стартовый

Возраст учащихся: 11-16 лет

Срок реализации - 1 год

Разработчик
Журавлева Юлия Михайловна,
педагог дополнительного образования

с. Васильевское

2024 год

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Программа предназначена для детей школьного возраста (11 – 16 лет). В этом возрасте ученики уже имеют общие знания о здоровье человека и готовы углубить, расширить их, освоить основные правила, которым необходимо следовать для поддержания здоровья, участвовать в практических и лабораторных занятиях.

Актуальность программы.

В настоящее время наблюдается дефицит внимания к детям и подросткам со стороны взрослых, предъявляются огромные и все возрастающие требования к детской психике и организму. Программа призвана дать обучающимся основы знаний, умений и навыков по вопросам анатомии, физиологии и личной гигиены, профилактики заболеваний и несчастных случаев, выработать навыки оказания доврачебной (немедицинской) помощи при острых и хронических заболеваниях, травмах различного генеза. Программа дает представление обучающимся о строении собственного организма, понимание им особенностей работы органов и тканей, знакомство с природой и механизмами развития различных заболеваний. Предоставляет возможность обучающимся обратить внимание на проблемы здоровья современного человека, недопустимость самолечения, необходимость активного образа жизни. При работе используются разнообразные иллюстративные материалы, видеофильмы.

Направленность программы – естественнонаучная

Уровень программы – стартовый

Особенности программы. Программа заключается в развитие биологического и экологического знания обучающихся, их воспитания на основе изучения фундаментальных основ анатомии и физиологии человека, связи между заболеваниями и состоянием окружающей среды, значением в современном мире.

Адресат программы - обучающихся 11 – 16 лет. В объединение принимаются все желающие. Занятия проводятся с учетом возрастных особенностей детей

Форма обучения – очная. Допускается реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы с применением дистанционных образовательных технологий.

Объем и срок освоения программы

Данная программа рассчитана на один год обучения. Всего 68 часов.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год- 68 занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятия- 40 минут

Основания для разработки программы.

- «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ», приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996-р;
- Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 года № 240 «Об объявлении в

Российской Федерации Десятилетия детства»;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 г. № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства», на период до 2027 года;

- Паспорт Федерального проекта «Успех каждого ребенка» утвержден протоколом заседания проектного кабинета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 г. №3 (с изменениями);

- «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей», приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 ноября 2019 г. № 467.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

Способствовать формированию у обучающихся ценностей здорового образа жизни, научного мировоззрения, умения использовать анатомические знания.

Задачи программы:

Образовательные:

- Обучить основным понятиям, терминам и определениям анатомии, морфологии человека. Научить наблюдать и сопоставлять факты и закономерности в области анатомии и физиологии человека, функциональных возможностей организма.

- Изучить возрастные и индивидуальные особенности организма человека

Развивающие:

- Развивать навык самостоятельного мышления

- Развивать интерес к мыслительной и творческой деятельности, расширению эрудиции и углублению знаний.

- Создать условия для расширения кругозора, познакомить с новейшими достижениями медицины и смежных наук.

Воспитательные:

- Способствовать воспитанию таких качеств личности как любознательность.

1.3 Учебный план, содержание программы

Учебный (тематический) план

№п/п	Перечень разделов и тем	Количество часов		Форма аттестации (промежуточной, итоговой)
		теория	практика	
1	Раздел 1. Введение	1	1	Практическая работа
2	Раздел 2. Человек и его здоровье	3	3	Практическая работа
3	Раздел 3. Организм человека	10	10	Практическая работа, теоретические вопросы
4	Раздел 4. Основы медицинских знаний	8	2	Практическая работа
5	Раздел 5. Первая медицинская помощь	14	15	Практическая работа, анкетирование.
6	Раздел 6. Итоговое занятие.	0	1	Теоретические вопросы
Итого 68		36	32	

Содержание учебного (тематического) плана

Раздел 1. Введение (2 ч.)

Введение. Вводная диагностика. Знакомство обучающихся с содержанием программы, с предметом изучения. Инструктаж по технике безопасности.

Практическая часть:

Игра «Найди лишнее».

Раздел 2. Человек и его здоровье (6ч.)

Отравление ядовитыми веществами. Виды отравлений. Тепловой удар. Солнечный удар. Рассказ учителя. Работа с таблицами, схемами. Просмотр видеofilmа «Что делать при тепловом и солнечном ударе?»

Практическая часть:

Игра «Сто к одному»

Игра «Светофор здоровья»

Игра «Кто больше знает?»

Раздел 3. Организм человека (20 ч.)

Опорная система

Скелет - наша опора. Подвижные игры. Их значение. Рассказ учителя. Работа с таблицами, схемами. Творческая работа.

Практическая часть:

Наша осанка. Если хочешь быть здоров!

Подвижные игры. Весёлые старты.

Пищеварительная система Сравнение систем пищеварения животных и человека.

Рассказ учителя. Работа с таблицами, схемами.

Практическая часть: .

Почему болят зубы. Чтобы зубы были здоровыми.

Как сохранить улыбку. Здоровая пища для всей семьи. Моё меню. Гигиена ротовой полости.

Покровы тела Здоровая кожа-надёжный защитник организма!

Практическая часть:

Если кожа повреждена

Органы чувств

Вижу, слышу, говорю... Рассказ учителя. Просмотр учебного фильма «Органы чувств.

Зрение. Слух"

Практическая часть:

Болезни глаз.

Чтобы уши лучше слышали...

Вредные привычки.

Контрольное занятие в виде анкетирования

Игра «Я доктор!»

Раздел 4. Основы медицинских знаний (10 ч.)

Признаки болезни. Инфекционные болезни. Какие лекарства мы выбираем. Отравление лекарствами.

Пищевые отравления. Рассказ учителя. Работа с таблицами, схемами. Просмотр видеofilmа «Как создаются лекарства»

Практическая часть:

Как организм помогает себе сам

Здоровый образ жизни.

Прививки от болезней.

Домашняя аптека.

Исследовательская работа:

Какие врачи нас лечат.

Раздел 5. Первая медицинская помощь (29 ч.)

Виды травм. Виды ран. Утопление. Удушье. Виды удушья. Электротравма. Чем она опасна? Ожоги и обморожение.
Обмороки. Наше сердце. Рассказ учителя. Работа с таблицами, схемами, презентациями.
Просмотр видеофильмов.
Практическая часть:
Виды перевязочных материалов.
Зачем нужна зеленка?
Аптечка экстренной помощи.
Общие правила оказания первой медицинской помощи.
Как правильно сделать перевязку?
Первая помощь при травмах.
Первая помощь при ранениях.
Первая помощь при утоплении.
Как помочь при удушье.
Первая помощь при электротравме.
Первая помощь при ожогах.
Первая помощь при обморожении.
Как помочь при обмороке.
Могу ли я оказать помощь при сердечной недостаточности?
Первая помощь при отравлении.
способы транспортировки пострадавшего.
Искусственное дыхание.
Чем опасны укусы насекомых?
Что мы знаем о собаках, кошках и грызунах?
Опасность в нашем доме.
Как вести себя на улице.

Раздел 6. Итоговое занятие (1 ч.)

Игра «Юный знаток медицины»

1.4 Планируемые результаты

Планируемые результаты освоения общеразвивающей программы представляют собой систему ведущих целевых установок и ожидаемых результатов освоения всех компонентов, составляющих содержательную основу образовательной программы.

Личностные результаты:

- знание основных принципов и правил отношения к живой природе, основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;
- реализация установок здорового образа жизни;
- сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение живой природы; интеллектуальных умений (доказывать, строить рассуждения, анализировать, сравнивать, делать выводы и др.); эстетического отношения к живым объектам.

Метапредметные результаты:

- овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности, включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям, классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;
- умение работать с разными источниками биологической информации: находить биологическую информацию в различных источниках, анализировать и оценивать информацию, преобразовывать информацию из одной формы в другую;
- способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих;

-умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	02.09.2024	26.05.2025	34	170	68	2 раза в неделю по 2 часа

Начало непосредственно учебного блока – 02.09.2024 г.

Каникулы для 2-9 класса:

28.10.24 - 04.11.24

30.12.24 - 08.01.25

24.03.25 - 30.03.25

Конец учебного блока – 26 мая 2025 г.

2.2 Календарно-тематический план

№п/п	Тема	Теория	Практика	Итого часов
Раздел 1. Введение				
1	Вводная диагностика. Вводный инструктаж по ТБ.	1		1
2	Игра «Найди лишнее»		1	1
Раздел 2. Человек и его здоровье				
3	Отравление ядовитыми веществами. Виды отравлений.	1		1
4	Игра «Сто к одному»		1	1
5	Игра «Светофор здоровья»		1	1
6	Тепловой удар.	1		1
7	Солнечный удар.	1		1
8	Игра «Кто больше знает?»		1	1
Раздел 3. Организм человека				
9	Скелет - наша опора	1		1
10	Наша осанка	1		1
11	Если хочешь быть здоров!	1		1
12	Подвижные игры. Их значение.		1	1
13	Подвижные игры.		1	1
14	Сравнение систем пищеварения животных и человека.	1		1
15	Почему болят зубы.	1		1

16	Чтобы зубы были здоровыми.		1	1
17	Как сохранить улыбку.		1	1
18	Здоровая пища для всей семьи.		1	1
19	Моё меню.		1	1
20	Гигиена ротовой полости.		1	1
21	Здоровая кожа-надёжный защитник организма!	1		1
22	Если кожа повреждена	1		1
23	Вижу, слышу, говорю...		1	1
24	Болезни глаз.	1		1
25	Чтобы уши лучше слышали...	1		1
26	Вредные привычки	1		1
27	Контрольное занятие в виде анкетирования		1	1
28	Игра «Я доктор!»		1	1
Раздел 4. Основы медицинских знаний				
29	Признаки болезни	1		1
30	Как организм помогает себе сам		1	1
31	Здоровый образ жизни	1		1
32	Какие врачи нас лечат	1		1
33	Инфекционные болезни	1		1
34	Прививки от болезней	1		1
35	Какие лекарства мы выбираем	1		1
36	Домашняя аптека		1	1
37	Отравление лекарствами	1		1
38	Пищевые отравления	1		1
Раздел 5. Первая медицинская помощь				
39	Виды травм.	1		1
40	Виды ран.	1		1
41	Утопление.	1		1
42	Удушье. Виды удушья.	1		1
43	Электротравма. Чем она опасна?	1		1
44	Ожоги и обморожение.	1		1
45	Обмороки.	1		1
46	Наше сердце.	1		1
47	Виды перевязочных материалов.		1	1
48	Зачем нужна зелёнка?		1	1
49	Аптечка экстренной помощи.		1	1
50	Общие правила оказания первой медицинской помощи.	1		1
51	Как правильно сделать перевязку?		1	1
52	Первая помощь при травмах.		1	1
53	Первая помощь при ранениях.		1	1
54	Первая помощь при утоплении.		1	1
55	Как помочь при удушье.		1	1
56	Первая помощь при электротравме.		1	1
57	Первая помощь при ожогах.		1	1
58	Первая помощь при обморожении.		1	1
59	Как помочь при обмороке.		1	1
60	Могу ли я оказать помощь при сердечной недостаточности?		1	1

61	Первая помощь при отравлении.	1	1	1
62	Способы транспортировки пострадавшего.	1		1
63	Искусственное дыхание.		1	1
64	Чем опасны укусы насекомых?	1		1
65	Что мы знаем о собаках, кошках и грызунах?	1		1
66	Опасность в нашем доме.	1		1
67	Как вести себя на улице.		1	1
Раздел 6. Итоговое занятие				
68	Игра «Юный знаток медицины»		1	1

2.3 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы необходимо наличие:

- Учебная аудитория.
- Компьютер.
- Доска обычная.
- Раздаточные, иллюстративные, наглядные материалы (плакаты, муляжи, карточки).
- Парты, стулья для каждого учащегося.

Кадровое обеспечение

Программа реализуется педагогом дополнительного образования; курсы повышения квалификации «Организационно – методическое обеспечение деятельности педагога дополнительного образования» (108 часов)

Информационно-методическое обеспечение

Для освоения программы требуется:

- Видео.
- Фото.
- Интернет источники.
- Электронные образовательные ресурсы.

2.4 Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации результатов

- журнал посещаемости

Формы предъявления и демонстрации результатов:

- педагогическое наблюдение
- анкетирование
- практическая работа
- тестирование

2.5 Методические материалы

- обеспечение программы методическими видами продукции (игры, беседы, конкурсы, викторины).

2.6 Воспитательные компоненты

Сроки	Названия конкурсов, мероприятий
Сентябрь - май	Районные, Всероссийские, Международные конкурсы

2.7 Информационные ресурсы и литература

1. Гарибтыян Р.Б., Марков Н.Г., «Анатомия и физиология человека», издательство «Просвещение» Москва – 1967.
2. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А., «Разговор о здоровье и правильном питании», Москва, 2021
3. «Из чего состоит наша пища» (Электронный ресурс) www.prav-pit.ru
4. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. «Две недели в лагере здоровья» - ОЛМА Медиа Групп, 2011.
5. Электронный ресурс <https://sbio.info/materials/chelovek/>
6. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. «Формула правильного питания» - ОЛМА Медиа Групп, 2011.
7. Электронный ресурс https://www.kstu.kg/fileadmin/user_upload/biologija_9_kl.pdf
8. Электронный ресурс <https://www.kursk-vestnik.ru/jour/index>
9. Электронный ресурс <https://books.ifmo.ru/file/pdf/29.pdf>