

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОВОРОССИЙСК
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ ИМ. Н.И.СИПЯГИНА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОВОРОССИЙСК

Принята на заседании
педагогического совета
от « 24 » сентября 2023 г.
Протокол № 5

Утверждаю
Директор МБУ ДО ДТДМ
Т.В. Радченко
« 24 » сентября 2023 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«РОДНИК ЗДОРОВЬЯ»**

Уровень программы: *ознакомительный*
Срок реализации программы: *1 год (144 часа)*
Возрастная категория: *от 11 до 15 лет*
Вид программы: *модифицированная*
Форма обучения: *очная*
Программа реализуется на бюджетной основе
ID номер в АИС Навигатор: 4411

Разработчик - составитель:
Серая Наталья Анатольевна,
педагог дополнительного образования

г. Новороссийск 2023

Содержание

1. Пояснительная записка _____ 3 стр.
2. Цель и задачи _____ 6 стр.
3. Учебно-тематический план _____ 8 стр.
4. Содержание учебно-тематического плана _____ 13 стр.
5. Планируемые результаты _____ 16стр.
6. Календарно-учебный график _____ 17 стр.
7. Условия реализации программы _____ 22 стр.
8. Формы аттестации и контроль _____ 23 стр.
9. Методическое обеспечение _____ 23 стр.
10. Список литературы _____ 25 стр.
11. Интернет-сайты _____ 26 стр.
12. Приложения (диагностический инструментарий) _____ 27 стр.

1. Комплекс основных характеристик образования

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Родник здоровья» имеет социально-гуманитарную **направленность** и предназначена для получения теоретических и практических медицинских знаний и навыков учащимся из области начальной медицинской подготовки, а так же для профессиональной ориентации старших школьников. Вся деятельность ориентирована на формирование грамотного, ответственного, нравственного отношения учащегося к окружающей среде и к своему здоровью.

Содержание учебного курса расширяет область знаний по биологии, анатомии человека, обучает теоретически и практически выполнять необходимые медицинские процедуры первой неотложной помощи и санитарные мероприятия. Данный курс раскрывает понятия сохранения здоровья человека в век научно-технического прогресса. Утрата связи с природой способствует снижению иммунитета, появлению новых болезней. Рассмотрение себя как части природы должно стать основой для развития у учащегося экологической культуры, здорового образа жизни. Теоретический материал наглядно представлен к сопровождению в электронном виде (презентации, видеоролики, текстовые ознакомительные материалы) и каждое занятие является логическим продолжением предыдущего. Для проверки усвоения материала разработаны тесты, для самостоятельного определения уровня знаний.

Нормативно - методическая основа разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы представлена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» нацпроекта «Образование»;

- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

- Приказ Минтруда России от 05 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018 г., регистрационный № 25016);

- Постановление Главного государственного санитарного врача

Российской Федерации от 28 сентября 2020г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

-Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

-Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816;

в соответствии с:

- письмом Министерства образования и науки России от 18.11.2015г №09-3242 «О направлении информации» (Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы);

- письмом Министерства образования и науки Краснодарского края «О рекомендациях по составлению рабочих программ, учебных предметов, курсов и календарно-тематического планирования» от 17.07.2015г № 47-10474/15-14;

- Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий от 20 марта 2020г. Министерство просвещения РФ;

- Устав МБУ ДО ДТДМ, локальные акты учреждения.

Данная программа ежегодно обновляется с учетом развития науки, техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы.

Актуальность программы заключается в подаче учебного материала для учащихся старшего возраста, т.к. в своём основании программа не повторяет курс школьной программы по ОБЖ, а знакомит учащихся с начальными понятиями в области медицинской подготовки, даёт основные знания начальных медицинских навыков, знакомит с понятием экологической культуры, ведение здорового образа жизни. Проявляя повышенный интерес к занятиям в данной предметной области, у ребят формируется понимание к работникам медицинского персонала. Теоретический материал ориентирован на формирование дополнительных знаний по анатомии и биологии, в сравнительно короткое время учащиеся овладевают определенными навыками оказания первой доврачебной помощи. А также, на фоне ухудшения состояния окружающей среды, возрастает потребность в знаниях о состоянии среды обитания, причинах болезней, а также методах поддержания своего организма

здоровым.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что она предоставляет учащимся сведения о физическом, психическом и социальном здоровье человека, не рассматриваемые в школьной программе по биологии. Получение ими знаний в этой области позволят укрепить их здоровье, предупредить развитие вредных привычек в условиях неблагоприятного окружения, возродить спортивные и оздоровительные традиции как условие укрепления нравственных устоев семьи, дает возможность детям ближе познакомиться с профессиями связанными с медициной, знакомит учащихся с деятельностью волонтеров. Всё это развивает и закрепляет положительные нравственные качества подростков.

Новизна программы заключается в процессе изложения учебного материала, т.к. преподавание включает интегрированный метод построения, который предусматривает изложение теоретического материала с привлечением информационно-сетевых технологий, использованием современных наглядных пособий в процессе практических работ; а так же нетрадиционных форм организации занятий - проведение круглых столов с решением проблемных задач.

В данном комплексном обучении заключается новизна и уникальность подхода, который предполагает вариативное использование форм и методов работы с учётом целевой аудитории.

Программа носит гуманистический и практический характер, углубляет, расширяет и интегрирует школьные учебные предметы: «ОБЖ», «Экология», «Общая биология». Формирует у обучающегося компетентность в области оказания доврачебной само- и взаимопомощи; анатомии (изучение органов и систем человека); влияния экологии на организм человека; здоровьесберегающих и оздоровительных технологий.

Отличительной особенностью программы является её многоаспектность, соединяющая знания учащихся в области наук, изучающих природу и человека: биологии, анатомии, экологии, медицины. Ознакомительный материал предполагает выполнение целевых дидактических задач:

- повысить уровень знаний, сформировать понятия о возможности оказания первой помощи при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью человека и тактического мышления при ее оказании;

- приобрести основные первоначальные знания об инфекционных заболеваниях, их проявлениях, способах защиты себя и окружающих;

- воспитать чувство ответственности перед окружающими, родителями и друзьями, уметь добиваться цели, хороших результатов;

- объединить знания учащихся из различных областей знаний в единое целое;

- формировать прямые логические связи между состоянием современной среды обитания и здоровьем человека.

Адресат программы. При разработке данной программы, учитывая психологические особенности школьников старшего возраста, программный материал рассчитан на подростков в возрасте от 11 до 15 лет. При приёме учитывается личный интерес и мотивация к данному виду деятельности. Численность детей в группе до 15-20 человек. Принимаются все желающие без предварительного отбора. Принимаются все желающие дети данного возраста, в том числе и дети с ОВЗ. Программа предполагает быструю адаптацию вновь прибывших детей в любой временной период учебного года. Особое внимание уделяется детям из малообеспеченных, неполных семей (ТЖС). **Условия приема детей:** запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/> и заявления от родителей в очной форме.

Уровень программы ознакомительный, дает возможность учащимся ознакомиться с основными специальными понятиями, приобрести умения и навыки в данном направлении деятельности.

Цель: создание условий для приобретения новых основных понятий первой доврачебной помощи через знакомство с профессиями медицинского профиля из разных областей деятельности, установка на здоровый образ жизни.

Задачи программы:

Предметные:

- расширение и углубление знаний учащихся в области современных достижений медицины;
- ознакомление с основными медицинскими терминами и понятиями, и расширение знаний по анатомии;
- формирование навыков по применению практических знаний в повседневной жизни;
- расширение кругозора, мотивация интереса к их дальнейшему профессиональному самоопределению;
- развитие знаний для обеспечения безопасности жизнедеятельности и охраны здоровья, основ здорового образа жизни и здоровье-сберегающих технологий.

Личностные:

- воспитание собственного целостного мировоззрения;
- умение признавать противоречивость и незавершённость своих взглядов на мир, возможность их изменения; учиться осознанно, уточнять и корректировать свои взгляды и личностные позиции по мере расширения своего жизненного опыта;
- формирование умения самостоятельно противостоять ситуациям, провоцирующим на поступки, которые угрожают безопасности и здоровью;
- формирование установок здорового образа жизни;
- формирование духовно-нравственной личности, способной к ответственному отношению к окружающей среде, своему здоровью и здоровью окружающих людей.

Метапредметные:

- формирование умений сравнивать разные точки зрения и аргументировать и отстаивать свою позицию;
- формирование целевых и смысловых установок в своих действиях и поступках по отношению к своему здоровью и окружающих;
- ознакомление с правилами работы используя медицинские знания и медицинское оборудование в быту;
- приобретение опыта участия в делах, приносящих пользу людям;
- умение видеть причины функциональных нарушений в организме человека и установление причинно-следственных связей с условиями среды обитания;
- умение делать выводы о физиологических основах здорового образа жизни для сохранения здоровья.

Объем и сроки реализации 1 учебный год (144 часа).

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа (академический час - 40 мин., пара с 5 мин. перерывом).

Форма обучения – очная. Желательно формирование групп по одновозрастному принципу. Проводятся групповые занятия в форме лекционных бесед и практических занятий (наложение повязок, жгута, просмотр и обсуждение видеороликов, презентаций по теме) с соблюдением принципов индивидуализации (лично - ориентированного подхода) и деятельности (через систему мероприятий учащиеся включаются в различные виды деятельности, что обеспечивает создание ситуации успеха для каждого ребенка, например ситуациативная игра). *Формы и методы занятий:* объяснение и рассказ, показ видео фильмов, деловые игры, решение проблемных производственных ситуаций и другие.

Формы обучения групповая. Коллективная работа предусматривает дифференцированный подход (индивидуально-личный). Численность в группе до 15 человек. Практические занятия проводятся с применением работы с малыми формами, в соответствии с возможностью размещения в кабинете.

Особенностями организации образовательного процесса программы является то, что учебный план реализуется в соответствии с основными разделами разной тематической направленности:

Раздел I. Знакомство с медициной.

Раздел II. Медицина ЧС.

Раздел III. Основы санитарии

Раздел IV. Всё о здоровье.

Раздел V. Экосистемы и человек.

Раздел VI. Влияние на организм человека загрязнённой среды обитания

Раздел VII. Экология человека.

Раздел VIII. Всё, что надо знать о питании.

Раздел IX Здоровьесберегающие и оздоровительные технологии.

В процессе изучения теоретических и практических знаний обучающиеся расширяют и углубляют знания о строении и функциях

организма человека, способах само- и взаимопомощи в экстренных ситуациях. Овладевают новыми знаниями и теоретическими навыками учащиеся смогут проявить активную позицию в укреплении своего здоровья, сохранении окружающей среды.

Одна из главных задач, это:

- создание единого образовательного пространства для реализации программы в рамках профориентационной (предпрофильной) работы;
- реализация новых подходов к организационному построению образовательного процесса.

Работа с коллективом обучающихся объединения

Воспитательные мероприятия направлены на создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

План воспитательной работы

№ п/п	Направления воспитательной деятельности	Название мероприятия	Сроки проведения	Форма проведения
1	Общекультурное (<i>гражданско-патриотическое воспитание, приобщение детей к культурному наследию, экологическое воспитание</i>)	День открытых дверей, родительское собрание	сентябрь	Встреча с родителями
		«Россия единством крепка» цикл мероприятий	ноябрь, февраль, май	Беседы, познавательные викторины
		«Золотое правило этики»	весь период	Цикл морально-этических бесед
		«Подвиг русского солдата»	февраль, май	Беседы, просмотр презентаций, участие в патриотических акциях
	Духовно-нравственное	«Семь Я»	Ноябрь, май	Беседы о народных и семейных традициях
	Здоровьесберегающее направление: (<i>формирование культуры здоровья, безопасность жизнедеятельности</i>)	«Быть здоровым – это модно!»	весь период	Цикл спортивных Бесед, участие в конкурсах и мероприятиях

				ОО
--	--	--	--	----

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			формы аттестации/ контроль
		всего	теория	практика	
	Раздел I.	68	62	6	
1.	Введение в предмет. История медицины	2	2	0	Лекция. Обсуждение
2.	Введение в предмет. История медицины	2	2	0	Лекция. Обсуждение
3.	Введение в профессию.	2	2	0	Беседа
4.	Введение в профессию.	2	2	0	Беседа
5.	Современная медицина	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Тест.
6.	Современная медицина	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Тест.
7.	Медицинские учреждения. Устройство. Функциональность.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
8.	Медицинские учреждения. Устройство. Функциональность.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
9.	Службы медицины катастроф	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом.
10.	Службы медицины катастроф	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом.
11.	Волонтёрское движение	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
12.	Волонтёрское движение	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.

13.	Строение тела человека.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
14.	Строение тела человека.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
15.	Травмы. Виды травм. Неотложная помощь.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
16.	Травмы. Виды травм. Неотложная помощь.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
17.	Виды ран. Неотложная помощь.	2	1	1	Лекция с демонстрационным материалом. Практическая работа.
18.	Виды ран. Неотложная помощь.	2	1	1	Лекция с демонстрационным материалом. Практич работа
19.	Переломы. Классификация. Помощь.	2	1	1	Лекция с демонстрационным материалом. Практич работа
20.	Переломы. Классификация. Помощь.	2	1	1	Лекция с демонстрационным материалом. Практич работа
21.	Кровотечения, виды. Помощь.	2	1	1	Презентация. Практич работа. Тест.
22.	Кровотечения, виды. Помощь.	2	1	1	Презентация. Практич работа. Тест
23.	Ожоги. Первая помощь	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
24.	Ожоги. Первая помощь	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.

25.	Солнечный удар.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
26.	Солнечный удар.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
27.	Первая помощь при отравлении	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
28.	Первая помощь при отравлении	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
29.	Инфекционные заболевания. Природа возникновения инфекционных	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Тест
30.	Инфекционные заболевания. Природа возникновения инфекционных	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Тест
31.	Профилактика инфекционных заболеваний.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
32.	Профилактика инфекционных заболеваний.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
33.	Вредные привычки.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
34.	Вредные привычки.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
	2 Раздел	76ч	72	4	
35.	Физическое здоровье.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.

36.	Физическое здоровье.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
37.	Психическое здоровье. Стресс. Депрессия.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
38.	Психическое здоровье. Стресс. Депрессия.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Обсуждение.
39.	Социальное здоровье.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом
40.	Социальное здоровье.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом
41.	Естественные экосистемы	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом
42.	Естественные экосистемы	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом
43.	Искусственные экосистемы	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом
44.	Искусственные экосистемы	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом
45.	Биосфера	2	2	0	Видеопутешествие
46.	Биосфера	2	2	0	Видеопутешествие
47.	Научно-технический прогресс на современном этапе.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Дискуссия.
48.	Научно-технический прогресс на современном этапе.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Дискуссия.
49.	Бытовые отходы. Промышленные отходы. Влияние на организм человека.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Дискуссия.
50.	Бытовые отходы. Промышленные отходы. Влияние на организм человека.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Дискуссия.

51.	Шумовые, световые загрязнения. Влияние на организм человека.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Дискуссия.
52.	Шумовые, световые загрязнения. Влияние на организм человека.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Дискуссия.
53.	Искусственная среда обитания.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом.
54.	Искусственная среда обитания.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом.
55.	Средства гигиены, косметики, бытовой химии.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Дискуссия.
56.	Средства гигиены, косметики, бытовой химии.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Дискуссия.
57.	Полезные продукты.	2	2	0	Презентация с элементами беседы
					Видеопутешествие.
58.	Полезные продукты.	2	2	0	Презентация с элементами беседы
					Видеопутешествие.
59.	Культура питания человека.	2	2	0	Презентация с элементами беседы.
60.	Культура питания человека.	2	2	0	Презентация с элементами беседы.
61.	Экология дома, квартиры.	2	2	0	Презентация с элементами беседы.
62.	Экология дома, квартиры	2	2	0	Презентация с элементами беседы.
63.	Управление эмоциями.	2	2	0	Презентация с элементами беседы.
64.	Управление эмоциями.	2	2	0	Презентация с элементами беседы.
65.	Болезни века. Как избежать.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Дискуссия.

66.	Болезни века. Как избежать.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом. Дискуссия.
67.	Древние и современные оздоровительные системы.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом
68.	Древние и современные оздоровительные системы.	2	2	0	Лекция с демонстрационным материалом.
69.	Моделирование ЗОЖ.	0	0	2	Практическая работа
70.	Моделирование ЗОЖ.	0	0	2	Практическая работа
71.	Итоговое занятие. Обобщение. Диагностика.	2	2	0	Круглый стол. Тестирование.
72.	Итоговое занятие. Обобщение. Диагностика.	2	2	0	Круглый стол. Тестирование.
	Итого:	144ч	134ч	10 ч	

Содержание учебного плана:

Раздел I.

Знакомство с медициной

Тема 1.

Теория: Введение в предмет. История медицины. Определение медицины как науки. Медицина древнего мира. Отличительные особенности развития в разных частях света. Великие имена в развитии медицины.

Средневековая медицина.

Тема 2.

Теория: Многообразие медицинских профессий. Особенности и значимость профессии. Этика и мораль медицинского работника.

Тема 3.

Теория: Современная медицина и новейшие технологии. Права и обязанности медицинских работников и пациентов. Программы, которые реализует министерство здравоохранения до 2020 года. Высокотехнологичная медицинская помощь и мобильные диагностические устройства.

Тема 4.

Теория: Медицинские учреждения – определение. Организация работы в поликлиниках, стационарах, диспансерах.

Тема 5.

Теория: Службы медицины катастроф. Отличия в работе медицинского персонала стационаров и медицинских работников медицины катастроф.

Тема 6.

Теория: Понятие волонтерского движения в медицине. Знакомство со Всероссийским общественным движением «Волонтеры-медики».

Медицина ЧС

Тема 1.

Теория: Строение тела человека.

Тема 2.

Теория: Травмы. Виды травм. Неотложная помощь.

Тема 3.

Теория: Виды ран. Неотложная помощь.

Практика: Понятие слова «десмургия». *Практика:* наложение повязок.

Тема 4.

Теория: Переломы. Виды и классификация переломов. Первая помощь пострадавшим.

Практика: Техника наложения шин для иммобилизации конечности и транспортировки.

Тема 5.

Теория: Кровотечения. Виды кровотечений. Неотложная помощь при кровотечениях.

Практика: Правила наложения повязок и жгута. Практическое занятие.

Тема 6.

Теория: Ожоги. Первая помощь пострадавшим.

Тема 7.

Теория: Солнечный удар. Первая помощь.

Основы санитарии

Тема 1.

Теория: Первая помощь при отравлении.

Тема 2.

Теория: Инфекционные заболевания. Природа возникновения инфекционных заболеваний.

Тема 3.

Теория: Профилактика инфекционных заболеваний.

Тема 4.

Теория: Вредные привычки. (Курение, алкоголизм, наркомания).

2 Раздел.

Все о здоровье

Тема 1.

Теория: Физическое здоровье. Критерии оценки. Профилактика. Диспансеризация

Тема 2.

Теория: Психическое здоровье. Критерии оценки. Психоневрологические диспансеры. Причины заболеваний.

Тема 3.

Теория: Социальное здоровье. Определение социального здоровья. Критерии оценки.

Экосистемы и человек

Тема 1.

Теория: Естественные экосистемы. Экологические факторы среды.

Тема 2.

Теория: Искусственные экосистемы. Приспособление к среде обитания у различных организмов.

Тема 3.

Теория: Биосфера земли. Взаимодействие мега-, макро-, мезо- и микроэкосистем между собой.

Влияние на организм человека загрязнённой среды обитания

Тема 1.

Теория: Научно-технический прогресс на современном этапе. Учение В.И. Вернадского о биосфере и ноосфере. Планетарное мышление.

Тема 2.

Теория: Виды загрязнений окружающей среды: бытовые отходы. Промышленные отходы. Влияние на организм человека.

Тема 3.

Теория: Шумовые, световые загрязнения. Влияние на организм человека.

Экология человека

Тема 1.

Теория: Искусственная среда обитания. Факторы искусственной среды обитания. Воздействие на организм человека современных строительных материалов, мебели, освещения, электрооборудования.

Тема 2.

Теория: Средств гигиены, косметики, бытовой химии. Воздействие на организм человека средств гигиены, косметики, бытовой химии, озеленения, домашних животных.

Всё, что необходимо знать о питании

Тема 1.

Теория: Полезные продукты. Рацион питания человека. Продукты и их содержание (белки, жиры, углеводы, витамины, микроэлементы).

Тема 2. *Теория:* Культура питания современного человека. Культура питания разных народов.

Здоровьесберегающие и оздоровительные технологии

Тема 1.

Теория: Экология дома, квартиры.

Тема 2.

Теория: Управление эмоциями. Справляемся со стрессом. Фитотерапия, ароматерапия, цветотерапия, светотерапия, звукотерапия, релаксация, терапия животными.

Тема 3.

Теория: Болезни века. Как избежать. Ожирение. Охрана зрения. Здоровые зубы. Здоровый позвоночник.

Тема 4.

Теория: Древние и современные оздоровительные системы. Аюрведа, йога, су-джок. Система закаливания и здорового образа жизни Порфирия

Иванова. Система восстановления зрения М. Норбекова. Дыхательная система А.Н. Стрельниковой.

Тема 5.

Теория: Моделирование ЗОЖ.

Практика: «Создание личной модели здорового образа жизни», работа с интернет ресурсами, использование фотоматериалов, цитат.

Тема 6.

Теория: Итоговое занятие. Обобщение. Диагностика. Обобщение полученных знаний о медицине, первой помощи пострадавшим, волонтерском движении, экологии человека, здоровом образе жизни.

Планируемые результаты.

В результате проводимых занятий, учащиеся ознакомятся с различными критическими состояниями организма, инфекционными и вирусными заболеваниями, с психическим и физическим здоровьем человека, приспособительными особенностями организма, со значимостью правильного питания, дыхания, с правилами закаливания, соблюдением правил гигиены и санитарии для укрепления здоровья. Многообразием медицинских профессий. Овладеют навыками оказания неотложной само и взаимопомощи. Смогут самостоятельно принимать решения и применять полученные навыки в жизненных ситуациях.

Предметные:

- знать основные факторы опасности при чрезвычайных ситуациях, осуществление мероприятий личной и общественной безопасности;
- обладать знаниями само и взаимопомощи;
- владеть основными медицинскими терминами;
- уметь связывать экологические проблемы с изменениями в состоянии здоровья человека;
- уметь моделировать здоровый образ жизни в соответствии с развитием научно-технического прогресса.

Личностные:

- понимать принципы морали и профессиональной этики;
- уметь контролировать свои действия при оказании помощи пострадавшему;
- воспитать гражданскую ответственность, умение работать самостоятельно и в группах;
- сформировать волевые и физические качества (сострадание, милосердие, помощь, терпимость), силу духа и стремление к цели;
- формировать духовно-нравственную личность, способную к ответственному отношению к окружающей среде, своему здоровью и здоровью окружающих людей.

Метапредметные:

- знать о разнообразии медицинских профессий, понимать их ценность и важность;
- уметь планировать свои действия при сложившихся обстоятельствах в различных чрезвычайных ситуациях;

- уметь применять полезные знания на практике;
- развивать опыт неформального общения, коллективного взаимодействия, сотрудничества со сверстниками и взрослыми.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ.

Календарный учебный график

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата		Время проведения	Место проведения	Форма проведения	Форма контроля
			план	факт				
1	Введение в предмет. История медицины	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Наблюдение
2	Введение в предмет. История медицины	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Наблюдение
3	Введение в профессию.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Тестирование
4	Введение в профессию.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Тестирование
5	Современная медицина	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Наблюдение
6	Современная медицина	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Наблюдение
7	Медицинские учреждения. Устройство. Функционирование.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Наблюдение
8	Медицинские учреждения. Устройство. Функционирование	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Наблюдение
9	Службы медицины катастроф	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
10	Службы медицины катастроф	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
11	Волонтерское движение	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение

12	Волонтерское движение	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
13	Строение тела человека.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами	Наблюдение
14	Строение тела человека.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами	Наблюдение
15	Травмы. Виды травм. Неотложная помощь.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Наблюдение
16	Травмы. Виды травм. Неотложная помощь.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Наблюдение
17	Виды ран. Неотложная помощь.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
18	Виды ран. Неотложная помощь.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
19	Переломы. Классификация . Помощь.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
20	Переломы. Классификация . Помощь.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
21	Кровотечения, виды. Помощь.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Тестирование
22	Кровотечения, виды. Помощь.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Тестирование
23	Ожоги. Первая помощь	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
24	Ожоги. Первая помощь	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
25	Солнечный удар.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
26	Солнечный удар.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
27	Первая помощь при отравлении	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Наблюдение

28	Первая помощь при отравлении	2			10.00 - 11.25	№ 30	Беседа	Наблюдение
29	Инфекционные заболевания. Природа возникновения инфекционных заболеваний	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Тестирование
30	Инфекционные заболевания. Природа возникновения	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Тестирование
31	Профилактика инфекционных заболеваний.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
32	Профилактика инфекционных заболеваний.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
33	Вредные привычки	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
34	Вредные привычки	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
35	Физическое здоровье.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
36	Физическое здоровье.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
37	Психическое здоровье. Стресс. Депрессия.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
38	Психическое здоровье. Стресс. Депрессия.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
39	Социальное здоровье.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
40	Социальное здоровье.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
41	Естественные экосистемы.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение

42	Естественные экосистемы.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
43	Искусственные экосистемы.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
44	Искусственные экосистемы.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
45	Биосфера земли.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
46	Биосфера земли.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
47	Научно-технический прогресс на современном этапе.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
48	Научно-технический прогресс на современном этапе.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
49	Бытовые отходы. Промышленные отходы. Влияние на организм человека	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
50	Бытовые отходы. Промышленные отходы. Влияние на организм человека	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
51	Шумовые, световые загрязнения. Влияние на организм человека.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
52	Шумовые, световые загрязнения. Влияние на организм человека	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
53	Искусственная среда обитания.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
54	Искусственная среда обитания.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
55	Средств гигиены, косметики, бытовой химии.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение

56	Средств гигиены, косметики, бытовой химии.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
57	Полезные продукты.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
58	Полезные продукты.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
59	Культура питания человека.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
60	Культура питания человека.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
61	Экология дома, квартиры.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
62	Экология дома, квартиры.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
63	Управление эмоциями. Справляемся со	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
64	Управление эмоциями. Справляемся со стрессом.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
65	Болезни века. Как избежать.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
66	Болезни века. Как избежать.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
67	Древние и современные оздоровительные системы.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
68	Древние и современные оздоровительные системы.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Наблюдение
69	Моделирование ЗОЖ.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Практическая работа

70	Моделирование ЗОЖ.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Презентация с элементами беседы	Практическая работа
71	Итоговое занятие. Обобщение. Диагностика.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Круглый стол.	Тестирование
72	Итоговое занятие. Обобщение. Диагностика.	2			10.00 - 11.25	№ 30	Круглый	Тестиро-
	Итого часов:	144 ч						

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Реализация программы предполагает наличие учебного кабинета.

Оборудование:

Рабочее место: столы, стулья.

Шкафы для размещения и хранения средств обучения.

Аптечка первой медицинской помощи.

Плакаты, стенды. Фантомы.

Технические средства обучения:

Компьютер, принтер, программное обеспечение компьютера, связь интернет.

Слайдовые презентации:

- Кровотечения.
- Переломы и вывихи.
- Ожоги.
- Раны.
- Солнечный удар. Обморок.
- Волонтерское движение.
- Инфекционные заболевания.
- Физическое здоровье.
- Психическое здоровье.
- Социальное здоровье.
- Вредные привычки.
- Экосистемы и человек.
- Влияние на человека загрязнённой среды обитания.
- Здоровьесберегающие технологии.

Формы проведения занятий:

- беседа, лекция.
- самостоятельное изучение тематических ресурсов интернет.
- дискуссия, обсуждение.
- практические занятия.

Кадровое обеспечение образовательного процесса: Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими педагогическое образование и специализацию медицинского работника (курсовую переподготовку, среднее или высшее медицинское образование), имеющими опыт работы с детьми, владеющими ИКТ.

ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И КОНТРОЛЬ

Подведение итогов реализации образовательной программы

В процессе реализации дополнительной общеразвивающей программы ознакомительного уровня предусмотрена система контроля знаний, умений и навыков, которая позволяет определить эффективность обучения по программе, внести необходимую корректировку в образовательный процесс.

С целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств обучающихся и их соответствия прогнозируемым результатам программы проводится тестирование по разделам. *Приложение №1*

Методическое обеспечение

Использование методов на занятиях:

- методы практико-ориентированной деятельности (упражнения);
- словесные методы (объяснение, беседа, диалог, консультация);
- метод наблюдения (визуально);
- наглядный метод: метод иллюстраций: показ плакатов, таблиц, картин, карт, зарисовок на доске;
- метод демонстраций (с помощью компьютера);
- практические: упражнения.

Парный метод обучения, при котором деятельность обучаемого носит продуктивный, творческий, поисковый характер (работа в парах).

Использование педагогом активных методов обучения предполагает высокий уровень включенности учащихся в учебный процесс при выполнении практического задания; анализ и обсуждение приобретённого детьми опыта или полученной информации.

Использование различных форм организации образовательного процесса:

- занятия в кабинете (комплексные, игровые, интегрированные);
- групповая (На занятии создаётся доверительная, раскрепощенная творческая обстановка, и все учащиеся с удовольствием включаются в учебный процесс, могут высказать своё мнение, поделиться опытом. Допускается свободный диалог).

Литература для педагога:

1. Артамонова Н.М., Балабанова Н.В., Воронин Р.М., Воронцова Л.Ф., Карпухин А.А., Ларина Г.В., Мартынова М.В., Селиванов Б.С. Современные вопросы права в медицинской деятельности // NovaInfo.Ru. 2016. Т. 1. № 43. С. 301-304.
2. Артамонова Н.М., Датий А.В., Карпухин А.А., Коридзе М.Т., Ларина Г.В., Мартынова М.В., Тютюев В.В., Хохлов И.В. Использование программы «Профессиональная этика» // NovaInfo.Ru. 2016. Т. 2. № 49. С. 382-385.

3. Булатецкий С.В. Физиологические механизмы успешности профессиональной подготовки курсантов образовательных учреждений МВД России. Автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора медицинских наук / Рязанский государственный медицинский университет им. И.П. Павлова. Рязань, 2008.
4. Балабанова В.В., Максимцева Т.А. Биология, экология, здоровый образ жизни – Волгоград, Издательство «Учитель», 2016 – 154 с.
5. Брэгг П. Как дожить до 120 лет по системе Поля Брэгга – Минск, Издательство «Попурри», 2016 – 272 с.
6. Гоголан М.Ф. Целительные свойства нашей пищи – Москва, Издательство «RUSSIAN CHESS HOUSE/Русский Шахматный Дом», 2018 – 62 с.
7. Крымская И.Г. Гигиена и экология человека – Ростов-на-Дону, Издательство «Феникс», 2017-351 с.
8. Неумывакин И.П. Эндоекология здоровья-Санкт-Петербург «Издательство «ДИЛЯ», 2018-640 с.
9. Оганян М., Оганян В., Экологическая медицина – Москва, Издательство «Концептуал», 2019 – 496 с.
10. Пантелеева Е.В. Дыхательная гимнастика для детей – Москва, Издательство «Человек», 2016 – 160 с.
11. Раздобурдин Я.Н. Аюрведа. Траволечение и ароматерапия. Издательство 2-е, дораб.- Москва, ЗАО «Издательство Центрполиграф», 2016-350 с.
12. Сазонов Э.В. Экология городской среды – Москва, Издательство «Юрайт», 2019-275 с.
13. Тарабукин Ю. Природная аптека (фитотерапия) – Донецк, Издательство «Донеччина», 2018-160 с.

Для учащихся:

1. Гомончук А.И. Основы медицинских знаний. Десмургия. Гемостаз. Иммобилизация. 2001.
2. Здоровый человек и его окружение [Электронный ресурс] : учебник / В. Р. Кучма, О. В.
3. Сивочалова - 4-е изд.испр. и доп. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2015.
- Чередниченко И.П. Биология. 9 класс. Предпрофильная подготовка. Сборник программ элективных курсов. Волгоград: Учитель, 2007.
4. Кряжева Н.Л. «Развитие эмоционального мира детей» - Ярославль, Издательство «Академия развития», 2017-154 с.
5. Чмиленко В.И. «Валеология». Учебное пособие – Москва, Издательство «Уникум центр», 2016-171 с.

Интернет-ресурсы

1. Медицинский портал. Травматизм, причины травматизма, <http://www.eurolab.ua/encyclopedia/traumatology/48535/>.
2. Сайт «Первая помощь». URL :<http://www.1st-aid.ru>.
3. Справочник по оказанию первой помощи (Школа Первой Помощи.Проект «Пространство безопасности»). URL http://www.allsafety.ru/first_aid/index.htm.
4. Пособия по оказанию медицинской помощи. URL: <http://ihelpers.narod.ru/>

http://www.kchs.tomsk.gov.ru/med_pom.htm.

5. Научная электронная библиотека eLibrary. URL :<http://elibrary.ru>.
6. ЭБС СибЮИ ФСКН России www.sibli.ru.
7. ЭБС znanium.com.
8. www.catalog.iot.ru Образовательные ресурсы сети Интернет;
9. www.fcior.edu.ru ФЦ образовательных ресурсов;
10. <http://ecology.aonb.ru/> Экологическая электронная библиотека;
11. http://vk.com/ebc_kk Эколого-биологический центр;
12. <http://dop-obrazovanie.com/> Внешкольник. РФ.

Приложение №1

Оценочные материалы Тест (тема №2)

Профессиональная ориентация учащихся

Выбор профессии – одно из наиболее серьезных, самых важных жизненных решений.

Сделав выбор, мы не только определяем основное занятие на всю жизнь, но и часто определяем этим свой круг общения, стиль жизни, а иногда судьбу.



ТЕСТ

ПО ВЫЯВЛЕНИЮ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ МЕДИЦИНСКОГО РАБОТНИКА.

Инструкция:

№ п/п	Вопрос: «обладаете ли Вы?»	«Да», «Нет»
1	Тактичностью	
2	Внутренней культурой	
3	Самостоятельностью в действиях	
4	Готовностью в любое время оказать первую помощь нуждающимся	
5	Наблюдательностью	
6	Общительностью (коммуникабельностью)	
7	Активностью	
8	Самообладанием	
9	Быстротой реакции	
10	Милосердием	
11	Ответственностью	
12	Трудолюбием	
13	Добротой	
14	Терпимостью	
15	Бескорыстностью	
16	Хорошей памятью	
17	Чувством юмора	
18	Аккуратностью	

Каждое «нет»-0 баллов

Каждое «да» - 1 балл

Если Вы набрали 15 баллов и более, Вам непременно надо выбрать профессию медицинского работника!

Тест (тема №10)

ТЕСТ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ НА ЗНАНИЯ ПРАВИЛ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ КРОВОТЕЧЕНИЯХ.

ОСТАНОВКА АРТЕРИАЛЬНОГО КРОВОТЕЧЕНИЯ	
1	НАЛОЖИТЬ ДАВЯЩУЮ ПОВЯЗКУ

2	НАЛОЖИТЬ ЖГУТ	
3	ПОДНЯТЬ КОНЕЧНОСТЬ ВВЕРХ	
ОСТАНОВКА ВЕНОЗНОГО КРОВОТЕЧЕНИЯ		
1	НАЛОЖИТЬ ДАВЯЩУЮ ПОВЯЗКУ	
2	НАЛОЖИТЬ ЛЕЙКОПЛАСТЫРЬ	
3	НАЛОЖИТЬ ЖГУТ	
ОСТАНОВКА КАПИЛЛЯРНОГО КРОВОТЕЧЕНИЯ		
1	МОЖНО ПРОСТО ПРОМЫТЬ РАНУ ПРОТОЧНОЙ ВОДОЙ	
2	ОБРАБОТАТЬ МЕСТО ПОВРЕЖДЕНИЯ И НАЛОЖИТЬ БАКТЕРИЦИДНЫЙ ЛЕЙКОПЛАСТЫРЬ	
3	ПРИ ОБИЛЬНОМ КАПИЛЛЯРНОМ КРОВОТЕЧЕНИИ ПОДНЯТЬ КОНЕЧНОСТЬ ВВЕРХ.	

Тест (тема №15)

Тестирование

по определению готовности учащихся к защите от инфекционных заболеваний (ОРВИ, гриппа, коронавируса).

Инструкция: с помощью приведённой ниже анкеты оцените уровень Ваших знаний по защите от инфекционных заболеваний. Каждый правильный ответ – равен 5 баллам.

1. После возвращения с улицы (общественных мест) необходимо:
 - А) в течении 20 минут тщательно вымыть руки с мылом;
 - Б) можно обойтись и без мыла;
 - В) промыть носовые ходы изотоническим (солевым раствором);
 - Г) промыть носовые ходы обычной водой.
2. Прикосновения к лицу руками возможны если:
 - А) руки были вымыты не менее пяти часов назад;
 - Б) руки вымыты только что.
3. Во время эпидемии необходимо в общественных местах (аптеке, магазинах):
 - А) пользоваться защитной индивидуальной маской;
 - Б) одевать очки и головной убор.
4. Менять маску необходимо каждые:
 - А) 5 часов;
 - Б) 2 часа.
5. Если рядом с вами человек с признаками ОРВИ (кашляет, имеет заложенность носа), Вы:
 - А) тактично не обратите на это внимание;
 - Б) постараетесь отойти как можно дальше, или покинуть помещение.
6. Проветривание квартиры, дома:

- А) не обязательно;
- Б) необходимо проветривать как можно чаще.

7. Укрепить здоровье возможно:

- А) длительным отдыхом на диване;
- Б) регулярными занятиями физической культурой;
- В) соблюдением режима дня;
- Г) употреблением в пищу чипсов, сухариков, жирной и жареной пищи, консервов, сладких газированных напитков;
- Д) употреблением в пищу овощей, фруктов, каш, морепродуктов, молочных продуктов.

8. Соблюдение гигиены тела и жилища:

- А) обязательно, ежедневно;
- Б) считаю, что регулярное мытьё тела и уборка жилища не связаны с риском заболевания острыми респираторными инфекциями.

9. Полноценный сон, как один из показателей укрепления здоровья, должен длиться:

- А) 6 часов;
- Б) 8-9 часов;
- В) 12 часов.

Итог:

50-60 баллов – возможность заболевания ничтожно мала;

35-45 баллов – значительно повышен риск инфицирования;

Менее 35 баллов – вы являетесь непосредственной «мишенью» для атаки вирусами.

Тест (тема №23)

Тестирование проводится с целью выявления процента усвоения программы, для внесения необходимой корректировки.

1. Что изучает наука экология?
2. Что означает понятие «биосфера земли»?
3. Важен ли для тебя уровень экологической культуры человека с которым ты общаешься?
4. Почему озеленяют города?
5. Почему нельзя уничтожать хищников в природе?
6. Назови 3 экологические проблемы современности.
7. Принимал ли ты участие в экологических акциях?
8. Какую помощь природе ты оказал?
9. Как можно помочь животным и растениям, занесённым в Красную книгу?
10. Вызывает ли у тебя тревогу состояние окружающей среды?
11. Почему человеку нужна природа?

12. Какие чувства вызывает у тебя информация об уничтожении животных или растений, загрязнении окружающей среды.
13. Есть ли связь между экологическим состоянием среды и здоровьем человека?
14. Что такое здоровье?
15. Что такое болезнь?
16. Назови 3 признака хорошего здоровья у человека.

Каждый ответ на вопрос оценивается от 0 до 3 баллов. Максимальное количество баллов-45.

Итоговое тестирование
«Что я знаю о медицине. Экология, её значение и влияние на здоровье человека».

Прочитай внимательно каждое суждение. Если суждение верно, то поставь рядом с этим суждением (+):

1.	Профессия врача одна из самых древних профессий.	
2.	Медицинскими работниками становятся люди гуманные, смелые, коммуникабельные.	
3.	Служба медицины катастроф не актуальна в современном мире.	
4.	Волонтерская работа развивает профессиональные качества молодёжи.	
5.	При незначительных травмах помощь оказывать не обязательно.	
6.	При переломе костей голени необходима фиксация 2 смежных суставов.	
7.	При артериальном кровотечении достаточно наложить давящую повязку.	
8.	При ожоге 2 степени появляются пузыри с жидкостью. Их необходимо вскрыть.	
9.	При вирусных инфекциях необходима защита (маски). А так же соблюдение мер санитарии и гигиены.	
10.	Человек полностью здоров, если он здоров физически, психически и социально.	
11.	Состояние окружающей среды ухудшается и становится всё менее благоприятной для здоровья человека.	
12.	Экологический проект-это перечень действий по проблемам охраны окружающей среды.	
13.	Тепловое, звуковое, магнитное загрязнение вредно для	

	здоровья человека.	
14.	К оздоровительным мероприятиям относятся: физическая культура, фитотерапия, закаливание.	
15.	Урбанизация – это утилизация мусора.	
16.	Воздушную среду загрязняют: сажа, пыль, выхлопные газы автомобилей, диоксид серы, хлор.	
17.	Водоёмы загрязняются: бытовым мусором, промышленными отходами заводов и фабрик, канализационными стоками.	
18.	Подчеркните то, что способствует нарушению здоровья современного человека:	
	Шум, электромагнитное излучение, стресс, закаливание, косметика, компьютер, прогулки, подвижные игры, гигиена, чтение, канцерогены, приготовление еды в микроволновой печи, массаж, синтетическое бельё, ссоры, смартфон.	
19.	Подчеркни то, что способствует оздоровлению организма человека.	
	Утренняя зарядка, озеленение, культура общения, звукотерапия, соблюдение режима дня, кисломолочные продукты, натуральные ткани, зрительный режим, витамины, компьютерные игры, морепродукты, фастфуд, сон менее 7 часов в сутки.	