**Министерство образования и науки Чеченской Республики**
**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования**
**«РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЭКОЛОГО-БИОЛОГИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»**

ПРИНЯТА
*на заседании Педагогического совета*
протокол № 1
от «02» 09 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
*Директор ГБУ ДО «РЭБЦ»*
_____Э.Х-А. Темирсултанова
«__» _____2026 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00D12CEED97D3CBE6A6F849B953C9B3A2A
Владелец: Темирсултанова Эмина Хож-Ахмедовна
Действителен: с 11.08.2025 до 04.11.2026

# Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
# «Первые шаги в медицину»

Направленность: естественнонаучная
Уровень программы: стартовый

Возраст обучающихся: 11-13 лет
Объем программы: 144 часов

Составитель: Насрудинова Мархa Андиевна
педагог дополнительного образования

г. Грозный – 2026 г.

Внутренняя экспертиза проведена. Программа рекомендована к рассмотрению на Педагогическом совете учреждения. Зам. директора по УМР, (УВР)/Методист

З.С.Хасанова,
Н.Д. Мурзаева,
З.А.Бахарчиева

«2» 09 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа соответствует действующим федеральным, региональным нормативным документам Российской Федерации и локальным нормативным актам ГБУ ДО "Республиканский эколого-биологический центр".

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

### 1.1. Нормативно-правовые основы разработки программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 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»;

- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02 июня 2026 г. №19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

**1.2. Направленность программы.**

Настоящая общеобразовательная общеразвивающая программа дополнительного образования обучающихся имеет естественнонаучную направленность, способствует углублению и расширению знаний по анатомии, физиологии человека, гигиене и медицине, а также формированию здорового образа жизни обучающихся.

**1.3. Уровень освоения программы** – стартовый.

**1.4. Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность программы.**

Актуальность программы заключается в том, что она направлена на формирование здорового образа жизни подростков, в их адаптации в окружающей среде, расширении и углублении знаний обучающихся о приемах сохранения здоровья, преодолении зависимости и вредных привычек. Здоровый человек живет полноценной жизнью. Бывает, что человек теряет здоровье, поскольку имеет недостаточные знания о причинах, распространении и последствиях инфекционных заболеваний; не обладает достаточными знаниями оказания первой медицинской помощи.

**Новизна** программы в том, что она формирует у обучающихся умение поиска информации из различных источников, проводить наблюдения, следить за своим здоровьем: физическим, нравственным, духовным, а в дальнейшем сделать правильный выбор будущей профессии.

**Педагогическая целесообразность** общеобразовательной программы определена тем, что ориентирована на приобщение каждого ребенка к здоровому образу жизни, применению полученных знаний, умений и навыков, полученных на занятиях в повседневной деятельности.

**1.5. Отличительные особенности.**

Отличительная особенность программы заключается в том, что она учитывает возрастные особенности и опирается на наиболее значимые аргументы здорового образа жизни подростков, помогая в социальной адаптации. Помимо биологических особенностей организма человека, программа включает в себя изучение психических, эмоционально-волевых особенностей человека. Формы, методы обучения способствуют повышению информационной компетенции, развитию познавательных интересов, и, возможно, формированию профессиональной направленности.

**1.6. Цель и задачи программы.**

**Цель программы** - формировать культуру здорового и безопасного образа жизни обучающихся как компонента базовой культуры личности.

**Задачи программы:**

***Обучающие:***

- способствовать формированию основ здоровьесберегающего поведения, ценностного отношения к здоровью;
- формировать представления о полезных и вредных факторах для организма, понимания сущности здорового образа жизни;
- формировать положительную мотивацию на оздоровление, укрепление собственного здоровья, на ведение здорового образа жизни;
- научить обучающихся ощущать себя частью окружающего мира, видеть тесную взаимосвязь с ним, понимать влияние экологического состояния природной среды на здоровье человека.

***Воспитательные:***

- воспитывать у обучающихся потребность в ведении здорового образа жизни;
- воспитывать экологическую ответственность;
- воспитывать трудолюбие, стремление добиваться поставленной цели в укреплении своего здоровья;
- воспитывать самостоятельность в приобретении знаний, умений и навыков, предусмотренных программой.

***Развивающие:***

- развивать умения и навыки обучающихся по ведению здорового образа жизни;
- развивать у подростков чувство ответственности за состояние природной среды, навыки бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- развивать коммуникативные навыки;
- развивать умение сравнивать, анализировать, делать выводы;
- развивать умение проводить самостоятельные наблюдения;
- развивать познавательную активность школьников, творческие способности, любознательность, расширять кругозор обучающихся;

**1.7. Категория обучающихся.**

Программа ориентирована на детей возраста 11-13 лет. Зачисление в группы осуществляется по желанию обучающегося и заявлению его родителей (законных представителей).

**1.8. Сроки реализации и объем программы.**

Срок реализации программы 1 год. Объем 144 часов.

**1.9. Форма организации образовательной деятельности и режим занятий.**

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы – 20 человек. Режим занятий - занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятий – 45 минут, перемена 10 мин.

**1.10. Планируемые результаты и способы их проверки.**

В ходе реализации программы «Человек и его здоровье» должны быть созданы условия для достижения следующих результатов:

**Предметные:**

- знание основ здоровьесберегающего поведения, ценностного отношения к здоровью;

- понятие о полезных и вредных факторах для организма, понимания сущности здорового образа жизни;
- ощущение себя частью окружающего мира, видение тесной взаимосвязи с ним, понимание влияния экологического состояния природной среды на здоровье человека.

**Личностные результаты:**
- формирование культуры здоровья;
- формирование отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключающего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

**Метапредметные результаты:**
- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовывать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья.

## Раздел 2. Содержание программы.

### 2.1. Учебный (тематический) план.

| № | Название раздела | Количество часов | | | Форма аттестации/контроля |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1. | Здоровье человека | 10 | 6 | 4 | Творческая работа «Что значит быть здоровым?» |
| 2. | Экология и здоровье | 14 | 7 | 7 | Анкетирование «Что такое ЗОЖ?» |
| 3. | Организм человека | 12 | 6 | 6 | Тестирование «Клетка и ткани – строение и функции» |
| 4. | Опорно-двигательная система | 12 | 6 | 6 | Решение кроссворда «Скелет». Тест «Твой двигательный режим». |
| 5. | Сердечно-сосудистая система | 12 | 6 | 6 | Решение кроссворда «Кровообращение». Тест «Тренировка сердца». |
| 6. | Дыхательная система | 12 | 6 | 6 | Игра «Путешествие в мир дыхания» |
| 7. | Кожные покровы | 14 | 7 | 7 | Практическая работа «Определение типов кожи на различных участках лица» |
| 8. | Органы чувств | 14 | 7 | 7 | Практическая работа «Гимнастика |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | для глаз». Тест на прозрачность хрусталика. |
| 9. | Нервная система | 6 | 3 | 3 | Тест «Всё о нервной системе» |
| 10. | Поведение и психика | 8 | 4 | 4 | Кроссворд «Сон» |
| 11. | Оказание первой помощи | 14 | 7 | 7 | Игра «Врач-пациент» |
| 12. | Питание и жизнь | 12 | 6 | 6 | Рецепты любимых блюд |
| 13. | Вспомним, что такое здоровье | 2 | | 2 | Тестирование «Какие знания о здоровье ты считаешь наиболее важными» |
| 14. | Итоговое занятие «Цените ли вы свое здоровье» | 2 | | 2 | Занятие-игра |
| | **ИТОГО** | **144** | **71** | **73** | |

## 2.2. Содержание учебного плана.

**Раздел 1. «Здоровье человека» (8 часов)**

*Теория.* Вводное занятие. Экскурсия «Природа и здоровье». Инструктаж по технике безопасности. Что такое здоровье, факторы, формирующие здоровье. *Практика.* Коллаж ЗОЖ.

*Теория.* Факторы, разрушающие здоровье. Вредные привычки, курение, алкоголизм, наркомания, токсикомания.

*Практика.* Опыт. (В стеклянную трубочку заталкивается кусочек ваты, вставляется сигарета, поджигается и при помощи маленькой груши создается эффект курения до полного сгорания сигареты. После вытаскивается вата и на блюдце передается по рядам. Вата имеет желто- коричневый цвет и неприятный запах).

*Теория.* Главные законы здоровья. Составляющие здорового образа жизни. *Практика.* Викторина «ЗОЖ», Творческая работа «Что значит быть здоровым?»

**Раздел 2. «Экология и здоровье» (8 часов)**

*Теория.* Загрязнение окружающей среды.

*Практика.* Лабораторная работа «Измерение углекислого газа».

*Теория.* Воздействие главных экологических факторов на организм человека (солнце, воздух, вода).

*Практика.* Лабораторная работа «Измерение УФ-излучения в помещении и на улице».

*Теория.* Бытовые экологические загрязнители и борьба с ними. Бытовые облучения.

*Практика.* Лабораторная работа «Исследование естественной освещенности помещения классов».

*Теория.* Экология жилища. Занятие-игра «Я и мой дом».

*Практика.* Лабораторная работа «Освещенность помещений и его влияние на физическое здоровье людей», Анкетирование «Что такое ЗОЖ?».

**Раздел 3. «Организм человека» (10 часов)**

*Теория.* Науки об организме человека.

*Практика.* Запись новых терминов (анатомия, физиология, гигиена, цитология, гистология, антропология).

*Теория.* Биологическая и социальная природа человека. Место человека в живой природе.

*Практика.* Закрепление знаний с помощью контрольных вопросов (Какие основные свойства отличают человека от животных? Что позволило человеку создать искусственную, социальную среду? Как в человеке проявляется его биологическая и социальная природа?

Почему каждому из нас необходимы знания об устройстве и функционировании организма человека?)

*Теория.* Клетка: строение, химический состав и жизнедеятельность.

*Практика.* Изучение клеточной теорию Теодора Шванна. Рассмотреть в парах строение клетки растения под микроскопом.

*Теория.* Ткани. Системы органов в организме.

*Практика.* Зарисовка тканей (эпителиальная, соединительная, мышечная и нервная).

*Теория.* Уровни организации организма. Нервная и гуморальная регуляция. *Практика.* Найти «Что такое железа?», выписать определение, виды (какие они бывают, чем отличаются).

**Раздел 4. «Опорно-двигательная система» (14 часов).**

*Теория.* Скелет. Компактное вещество кости. Связки и хрящи. Строение и функции скелетных мышц.

*Практика.* Выполнение интерактивного задания «Собери скелет».

*Теория.* Неотложные состояния в медицине. Травма. Классификация травм. Первая помощь при ушибах, растяжениях, вывихах.

*Практика.* Отработка приемов «Первая помощь при растяжениях, вывихах, переломах".

*Теория.* Профилактика нарушений и заболеваний опорно-двигательного аппарата. Формирование правильной осанки.

*Практика.* Записать упражнения для правильной осанки и выполнить их.

*Теория.* Отклонение от нормальной осанки: сутулость, круглая спина, боковые искривления позвоночника.

*Практика.* Тест «Осанка».

*Теория.* Коррекция нарушений осанки.

*Практика.* Разучивание упражнений на коррекцию осанки.

*Теория.* Понятие о переломах и травматическом шоке. Первая медицинская помощь при переломах.

*Практика.* Отработка приемов «Первая помощь при переломах».

*Теория.* Итоговое занятие.

*Практика.* Решение кроссвордов «Скелет». Тест «Твой двигательный режим».

**Раздел 5. «Сердечно-сосудистая система» (10 часов)**

*Теория.* Внутренняя среда человека и ее компоненты (Кровь, лимфа, тканевая жидкость), ее значение в гомеостазе. Иммунитет.

*Практика.* Найти определение термина «Кровь» и записать состав крови (из чего состоит и описание компонентов).

*Теория.* Форменные элементы крови. Резус фактор. Переливание крови. *Практика.* Тест «Резус-фактор».

*Теория.* Работа сердца. Кровообращение. Частота сердечных сокращений. Пульс. Давление крови. Гипертония, Гипотония.

*Практика.* Измерение давление и пульса, запись в тетрадь, проверить находятся ли показатели в норме.

Теория. Заболевания сердца и их профилактика. Первая помощь при остановке сердца.

*Практика.* Отработать практические навыки сердечно-легочной реанимации на манекене.

*Теория.* Итоговое занятие.

*Практика.* Решение кроссворда «Кровообращение». Тест «Тренировка сердца».

**Раздел 6. «Дыхательная система» (12 часов)**

*Теория.* Пути воздуха в легкие. Газообмен. Четыре типа дыхания. Частота дыхания, жизненная емкость легких.

*Практика.* Лабораторная работа «Физиология дыхания».

*Теория.* Заболевания дыхательной системы. Первая помощь при остановке дыхания.

*Практика.* Отработать практические навыки легочной реанимации на манекене.

Теория. Самодиагностика дыхательной системы. Проба Бутейко.

*Практика.* Отработать методику дыхательных упражнений.

*Теория.* Определение запыленности воздуха.
*Практика.* Лабораторная работа «Оценка степени загрязнения воздуха».
*Теория.* Понятие об ароматерапии. Использование эфирных масел. Духи и парфюмерия.
*Практика.* Изучить несколько образцов эфирных масел и реакцию на их запах.
Итоговое игровое занятие «Путешествие в мир дыхания».

**Раздел 7. «Кожные покровы» (10 часов)**

*Теория.* Строение и свойства кожи. Гигиена кожи. Кожа и теплорегуляция.
*Практика.* Заполнить таблицу «Строение и функции кожи». Зарисовка строения кожи.
*Теория.* Ожоги. Первая помощь при ожогах.
*Практика.* Отработка приемов оказания первой помощи при различных стадиях ожогов.
*Теория.* Обветривание, Обморожение кожи. Первая помощь при обморожениях.
*Практика.* Отработка оказания первой помощи при обморожениях.
*Теория.* Кожные заболевания и профилактика.
*Практика.* Записать виды кожных заболеваний и способы их лечения.
*Теория.* Типы кожи.
*Практика.* «Определение типов кожи на различных участках лица».

**Раздел 8. «Органы чувств» (14 часов)**

*Теория.* Особенности зрительного восприятия окружающей среды.
*Практика.* Лабораторная работа «Определить реакцию зрачков на различную степень освещенности» и «Опыт Мариотта».
*Теория.* Строение глаза, сетчатки и фоторецепторных клеток.
*Практика.* «Определение горизонтального и вертикального полей зрения».
*Теория.* Близорукость и дальнозоркость. Профилактика.
*Практика.* «Гимнастика для глаз». Тест на прозрачность хрусталика.
*Теория.* Болезни и травмы глаз (конъюнктивит, блефарит, ячмень).
*Практика.* Самостоятельная работа (способы лечения глаз).
*Теория.* Первая помощь при инородном теле, химические и термические ожоги.
*Практика.* Составление коллажа оказания первой помощи.
*Теория.* Гигиена зрения. Роль питания.
*Практика.* Творческое задание «Оптические иллюзии», «Хорошее настроение для глаз».
*Теория.* Орган слуха у человека. Диапазон восприятия звуков человеком. Шкала Реймерса.
*Практика.* Лабораторная работа «Исследование шума в помещениях».
*Теория.* Влияние шума на здоровье человека. Определение остроты слуха.
*Практика.* Тест «Какое влияние на организм оказывают звуки».

**Раздел 9. «Нервная система» (6 часов)**

*Теория.* Значение, строение и функционирование нервной системы. Вегетативная нервная система.
*Практика.* Лабораторная работа «Оценка вегетативного тонуса в состоянии покоя».
*Теория.* Спинной мозг. Отделы головного мозга.
*Практика.* Лабораторная работа «Оценка вегетативного тонуса. Определение реактивности симпатического отдела автономной нервной системы».
*Теория.* Аналитико-синтетическая функция коры больших полушарий. *Практика.* Лабораторная работа «Оценка вегетативной реактивности. Определение реактивности парасимпатического отдела автономной нервной системы».

**Раздел 10. «Поведение и психика» (8 часов)**

*Теория.* Врожденные и приобретенные формы поведения.
*Практика.* Лабораторная работа «Оценка соматического здоровья»
*Теория.* Закономерности работы головного мозга.
*Практика.* Лабораторная работа «Оценка физической работоспособности методом стоп-теста».
*Теория.* Биологические ритмы. Сон и его значение.
*Практика.* Лабораторная работа «Изучение температуры тела человека».
*Теория.* Особенности высшей нервной деятельности человека.

*Практика.* Лабораторная работа «Адаптация организма к физическим нагрузкам».

**Раздел 11. «Оказание первой помощи» (14 часов)**

*Теория.* Понятие о ране. Классификация ран. Первая помощь при ранениях. *Практика.* Отработать практические навыки оказания первой помощи при ранениях.

*Теория.* Перевязочный материал. Правила наложения повязок.

*Практика.* Отработать практические навыки наложения повязок.

*Теория.* Правила наложения стерильных повязок на голову и грудь.

*Практика.* Отработать практические навыки наложения повязок на голову и грудь.

*Теория.* Правила наложения стерильных повязок на живот и верхние, нижние конечности.

*Практика. Ж*ивот, верхние и нижние конечности.

*Теория.* Виды кровотечений и их характеристики. Временная остановка кровотечения.

*Практика.* Отработать практические навыки оказания первой помощи при кровотечении.

*Теория.* Первая медицинская помощь при кровотечениях.

*Практика.* Отработать практические навыки оказания первой помощи при кровотечении на различных участках тела.

*Теория.* Итоговое занятие-игра «Врач-пациент».

**Раздел 12. «Питание и жизнь» (10 часов)**

*Теория.* Пища человека. Ее значение для роста и развития организма. Белки, жиры, углеводы. Минеральные вещества. Микроэлементы.

*Практика.* Распределение элементов по группам (Макро-, микро-, ультрамикроэлементы). Выбрать правильные ответы (Причины нарушения обмена минеральных веществ).

*Теория.* Витаминная азбука.

*Практика.* Тест «Что вы знаете о витаминах».

*Теория.* Вредные компоненты пищи: нитраты, радионуклиды, тяжелые металлы, пищевые добавки.

*Практика.* Составить список продуктов, где можно встретить вредные компоненты и есть ли среди них продукты, которые встречаются дома.

*Теория.* Заболевания пищеварительной системы и их профилактика (гастрит, колит, дизентерия, холера, ботулизм).

*Практика.* Тестирование «Профилактика ЗПС».

Итоговое занятие «Наука о питании – древняя и современная».

**Раздел 13. «Вспомним, что такое здоровье» (2 часа)**

*Теория.* Что нужно знать и уметь, чтобы быть здоровым.

*Практика.* Тестирование «Какие знания о здоровье ты считаешь наиболее важными».

**Раздел 14. «Цените ли вы свое здоровье» (2 часа)**

Итоговое тестирование.

## Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

**Основные виды диагностики результата:**

- **текущий** – проводится на каждом занятии: акцентирование внимания, практические занятия;
- **промежуточный** – проводится по окончании изучения отдельных тем: выполненным эскизам, программные задания, работа в коллективе; по результатам контроля для обучающихся определяется индивидуальный темп и сложность освоения программы;
- **итоговый** – проводится в конце учебного года, в виде защиты проекта, а также участия в конкурсах, после которых награждаются грамотами и дипломами.

В программе используется гибкая рейтинговая система оценки достижений обучающегося по определенным критериям:

- выполнение определённого количества практических работ, когда каждая практическая работа оценивается определенным количеством баллов;

- подведение итогов в конце каждого полугодия (январь, май).

**Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:**
**методы:**

- открытое педагогическое наблюдение;
- оценка продуктов исследовательской деятельности;
- оценка и качества наблюдений.

**формы:**

- беседы, презентации, опрос, тестирование.

**Формы организации образовательного процесса.**
Традиционное занятие, комбинированное занятие, лекция, диспут, практическое занятие, лабораторная работа, игра (дидактическая, познавательная, развивающая), экскурсия, защита проектов, зачет, конкурс, презентации, разные формы работы с родителями и т.д.
**Приемы и методы организации образовательного процесса.**
Словесные методы обучения (лекция, объяснение, рассказ, беседа, диалог, консультация, показ);
Наглядные (показ видеоматериалов, слайд-фильмов, иллюстраций, показ (исполнение) педагогом, работа по образцу и др.);
**Методы практической работы** (упражнения, письменные работы, исследовательские работы с использованием оборудования и на территории РЭБЦ);
**Метод наблюдения** (записи, рисунки, фото);
**Метод проблемного обучения** (эвристическая беседа, объяснение основных понятий, терминов, самостоятельный поиск ответа обучающимися на поставленную задачу и т.д.);
**Проектный метод** (разработка творческих проектов, художественное конструирование из натурального и др. материала);
**Игровой метод** (игры развивающие, познавательные, на развитие воображения);
**Наглядный метод** (наглядные материалы – рисунки, фотографии, таблицы, схемы, гербарии, муляжи; демонстрационный материал – видеоматериал).
**Проведение занятий с использованием**:
- средств искусства (изобразительного, декоративно-прикладного, литературы, музыка, кино);
- активных форм познавательной деятельности (обсуждение сообщений, защита проекта, викторина, заочное путешествие, конкурс, познавательные игры и т.д.);
- психологические и социологические методы (разработка, оценка и анализ эскизов, тесты, решение различных ситуаций – психология общения, деловая игра и т.д.);
- компьютерного программного обеспечения.

**Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.**

На основании планируемых результатов разработана оценочная шкала (от 1 до 10 баллов), которая соответствует уровням освоения программы. По окончании учебного года, педагог определяет уровень освоения программы обучающихся, фиксируя их в таблице, тем самым прослеживая динамику обучения, развития и воспитания:

*1. Низкий уровень*
*2. Средний (допустимый) уровень*
*3. Высокий уровень*

## Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы.

### 4.1. Материально-техническое обеспечение программы.

Для реализации программы есть
- кабинет, соответствующий действующим санитарным правилам и нормам;
- компьютер, видеокамера, фотоаппарат, интерактивное обеспечение, микроскоп;
- анатомическая модель глаза, анатомическая модель уха, модель гортани в разрезе, модель желудка в разрезе, модель локтевого сустава подвижная, модель носа в разрезе, модель

почки в разрезе, модель сердца (демонстрационная), тонометр медицинский механический, термометр ртутный стеклянный, укладка посиндромная, имитаторы ранений и поражений для тренажера – манекена, тренажер для внутривенных инъекций (рука), тренажер для внутримышечных инъекций, аптечка универсальная для оказания первой медицинской помощи, цифровая лаборатория по физиологии; - интерактивный экспонат, носилки санитарные.

**4.2. Кадровое обеспечение программы.**

Программа реализуется одним педагогом дополнительного образования, соответствующей направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой обучающимися. Уровень подготовки соответствует профессиональному стандарту.

**4.3. Учебно-методическое и учебно-информационное обеспечение образовательной программы:**

1. Учебно-методические пособия (см. Литература).
2. Материал из опыта педагога:
- методический и инструктивный материал к проектным исследовательским и видам деятельности;
- дидактический материал;
- методические разработки (конспекты занятий, компьютерные презентации, памятки и т.д.).
3. Методическое психолого-педагогическое сопровождение личности обучающегося (тесты, опросник).

| Название учебной темы | Форма занятий | Название и форма методического материала | Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса |
|---|---|---|---|
| Здоровье человека | Беседа<br>Инструктаж<br>Презентация<br>Практика<br>Видеофильм<br>Час творчества | Иллюстрационный материал | Словесный<br>Наглядный |
| Экология и здоровье | Беседа<br>Презентация<br>Практика<br>Лабораторная работа | Иллюстрационный материал<br>Цифровое оборудование для проведения лабораторных работ по физиологии | Словесный<br>Наглядный<br>Исследовательский |
| Организм человека | Беседа<br>Презентация<br>Практическая работа | Иллюстрационный материал<br>https://aptstore.ru/articles/anatomiya-cheloveka-stroenie-tela-fizicheskie-osobennosti/ | Словесный<br>Наглядный |
| Опорно-двигательная система | Беседа<br>Презентация<br>Практическая работа | Иллюстрационный материал | Словесный<br>Наглядный |
| Сердечно-сосудистая система | Беседа<br>Презентация<br>Практическая работа | Иллюстрационный материал<br>Тренажер для внутривенных инъекций<br>Тренажёр для внутримышечных инъекций | Словесный<br>Наглядный<br>Демонстрация |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | Лабораторная работа | | |
| Дыхательная *система* | Беседа<br>Презентация<br>Практика<br>Лабораторная работа | Иллюстрационный материал | Словесный<br>Наглядный<br>Исследовательский |
| Кожные покровы | Беседа<br>Презентация<br>Практическая работа | Иллюстрационный материал<br>Аптечка<br>Муляжи | Словесный<br>Наглядный<br>Демонстрация |
| Органы чувств | Беседа<br>Презентация<br>Практика<br>Лабораторная работа | Иллюстрационный материал<br>Цифровое оборудование для проведения лабораторных работ по физиологии | Словесный<br>Наглядный<br>Исследовательский<br>Демонстрация |
| Нервная система | Беседа<br>Презентация<br>Практика<br>Лабораторная работа | Иллюстрационный материал<br>Цифровое оборудование для проведения лабораторных работ по физиологии | Словесный<br>Наглядный<br>Исследовательский<br>Демонстрация |
| Поведение и психика | Беседа<br>Презентация<br>Практика<br>Лабораторная работа | Иллюстрационный материал<br>Цифровое оборудование для проведения лабораторных работ по физиологии<br>https://spravochnick.ru/ | Словесный<br>Наглядный<br>Исследовательский<br>Демонстрация |
| Оказание первой помощи | Беседа<br>Презентация<br>Практическая работа | Иллюстрационный материал<br>Тренажер-манекен<br>Аптечка | Словесный<br>Наглядный<br>Демонстрация |
| Питание и жизнь | Беседа<br>Презентация<br>Практическая работа | Иллюстрационный материал | Словесный<br>Наглядный |
| Вспомним, что такое здоровье | Беседа, тестирование | Иллюстрационный материал | Словесный<br>Наглядный |
| Итоговое занятие «Цените ли вы свое здоровье» | Игровое занятие<br>Тестирование | Иллюстрационный материал<br>Тесты | Словесный<br>Наглядный |

## Литература для педагога.

1. Биология. Задания и упражнения. Т.Л. Богданова. Москва “Высшая школа” 2021 г.
2. Человек, его здоровье и окружающая среда. Д. П. Гольнева. Челябинск “Факел” 2019 г.
3. Я иду на урок биологии. Человек и его здоровье. Книга для учителя. Москва “Первое сентября” 2020 г.
4. Биология. Технологические карты уроков. В.Н.Семенцова. Санкт – Петербург “Паритет” 2020 г.
5. Тайны анатомии. Кэрол Доннер. Москва “Мир” 2021 г.
6. Биология. Иллюстрированный словарь. Москва “Астрель”, 2019 г.

## Литература для обучающихся.

1. Биология. Анатомия человека. Авторский коллектив. Москва “Эксимо”, 2022 г.
2. Биология. Иллюстрированный словарь. Москва “Астрель”, 2020 г.
3. Человек, его здоровье и окружающая среда. Д. П. Гольнева. Челябинск “Факел” 2019 г.
4. Биология. Задания и упражнения. Т.Л. Богданова. Москва “Высшая школа” 2021 г.
5. “Как же вы устроены, господин тело?” Л.Этинген. Москва “ Линка - Пресс” 2019 г.
6. Тайны анатомии. Кэрол Доннер. Москва “Мир” 2021 г.
7.

## Интернет-ресурсы:

https://spravochnick.ru/
https://aptstore.ru/articles/anatomiya-cheloveka-stroenie-tela-fizicheskie-osobennosti/

**Календарный учебный график**
**1 группа**

| | Название раздела | Часы | Форма аттестации |
|---|---|---|---|
| **1** | **Здоровье человека** | **8** | |
| 1 | Вводное занятие. Экскурсия «Природа и здоровье». Инструктаж по технике безопасности. | 2 | Опрос. |
| 2 | Что такое здоровье, факторы, формирующие здоровье. | 2 | Анкетирование «Что такое ЗОЖ?» |
| 3 | Факторы, разрушающие здоровье. | 2 | Практическая работа «Гимнастика для глаз». |
| 4 | Главные законы здоровья. | 2 | Практическая работа «Определение типов кожи на различных участках лица» |
| **2** | **Экология и здоровье** | **8** | |
| 5 | Загрязнение окружающей среды. | **2** | Опрос. |
| 6 | Воздействие главных Экологических факторов на организм человека (солнце, воздух, вода). | **2** | Тестирование «Какие знания о здоровье ты считаешь наиболее важными» |
| 7 | Бытовые экологические загрязнители и борьба с ними. | **2** | Опрос. |
| 8 | Экология жилища. Занятие-игра «Я и мой дом». | **2** | Тесты «Экология и здоровье» |
| **3** | **Организм человека.** | **10** | |
| 9 | Науки об организме человека. | **2** | Опрос. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 10 | Биологическая и социальная природа человека. Место человека в живой природе. | **2** | Кроссворд «Сон» Игра |
| 11 | Клетка: строение, химический состав и жизнедеятельность. | **2** | Опрос. |
| 12 | Ткани. Системы органов в организме. | **2** | Опрос. |
| 13 | Уровни организации организма. Нервная и гуморальная регуляция. | **2** | Опрос. |
| **4** | **Опорно-двигательная система** | **14** | |
| 14 | Скелет. Компактное вещество кости. | **2** | Тестирование «Клетка и ткани – строение и функции» |
| 15 | Неотложные состояния в медицине. | **2** | Опрос. |
| 16 | Профилактика нарушений и заболеваний опорно-двигательного аппарата. | **2** | Опрос. |
| 17 | Отклонение от нормальной осанки: сутулость, круглая спина, боковые искривления позвоночника. | **2** | Опрос. |
| 18 | Коррекция нарушений осанки. | **2** | Опрос. |
| 19 | Понятие о переломах и травматическом шоке. | **2** | Опрос. |
| 20 | Итоговое занятие. | **2** | Тестирование |
| **5** | **Сердечно-сосудистая система** | **10** | |
| 21 | Внутренняя среда человека и ее компоненты (Кровь, лимфа, тканевая жидкость), ее значение в гомеостазе. Иммунитет. | **2** | Опрос. |
| 22 | Форменные элементы крови. Резус фактор. Переливание крови. | **2** | Опрос. |
| 23 | Работа сердца. Кровообращение. | **2** | Опрос. |
| 24 | Заболевания сердца и их профилактика. | **2** | Занятие-игра |
| 25 | Итоговое занятие. | **2** | Тестирование. |
| **6** | **Дыхательная система** | **12** | |
| *26* | *Пути воздуха в легкие. Газообмен* | **2** | *Опрос.* |
| 27 | Заболевания дыхательной системы. | **2** | Опрос. |
| 28 | Самодиагностика дыхательной системы. | **2** | Опрос. |
| 29 | Определение запыленности воздуха. | **2** | Опрос. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 30 | Понятие об ароматерапии. | **2** | Опрос. |
| 31 | Итоговое игровое занятие «Путешествие в мир дыхания». | **2** | Тестирование. |
| **7** | **Кожные покровы** | **10** | |
| 32 | Строение и свойства кожи. Гигиена кожи. Кожа и теплорегуляция. | **2** | Опрос. |
| 33 | Ожоги. Первая помощь при ожогах. | **2** | Опрос. |
| 34 | Обветривание, Обморожение кожи. | **2** | Опрос. |
| 35 | Кожные заболевания и профилактика. | **2** | Опрос. |
| 36 | Типы кожи. | **2** | Тестирование. |
| **8** | **Органы чувств** | **30** | |
| 37 | Особенности зрительного восприятия окружающей среды. | **2** | Опрос. |
| 38 | Строение глаза, сетчатки и фоторецепторных клеток. | **2** | Тест на прозрачность хрустилика |
| 39 | Близорукость и дальнозоркость. Профилактика. | **2** | Опрос. |
| 40 | Болезни и травмы глаз (конъюнктивит, блефарит, ячмень). | **2** | Опрос. |
| 41 | Первая помощь при инородном теле, химические и термические ожоги. | **2** | Опрос. |
| 42 | Гигиена зрения. Роль питания. | **2** | Опрос. |
| 43 | Орган слуха у человека. Диапазон восприятия звуков человеком. | **2** | Опрос. |
| 44 | Влияние шума на здоровье человека. Определение остроты слуха. | **2** | Опрос. |
| 45 | Заболевание органов слуха. Гигиена слуха. | **2** | Опрос. |
| 46 | Орган равновесия. Особенности вестибулярного аппарата человека. | **2** | Опрос. |
| 47 | Восприятие человеком высоты. Невесомость. Морская *болезнь.* | **2** | Опрос. |
| 48 | Орган обоняния. Роль запахов в природе и их восприятие человеком. | **2** | Опрос. |
| 49 | Заболевания носа. Ринит. Аллергия. Полиноз. Гайморит. | **2** | Опрос. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 50 | Как мы воспринимаем окружающий мир. Орган вкуса. | **2** | Опрос. |
| 51 | Язык. Вкус и качество пищи. Диагностика по языку. | **2** | Тестирование. |
| **9** | **Нервная система** | **6** | |
| 52 | Значение, строение и функционирование нервной системы. Вегетативная нервная система. | **2** | Опрос. |
| 53 | Спинной мозг. Отделы головного мозга. | **2** | Опрос. |
| 54 | Аналитико-синтетическая функция коры больших полушарий. | **2** | Опрос. |
| **10** | **Поведение и психика** | **8** | Опрос. |
| 55 | Врожденные и приобретенные формы поведения. | **2** | Опрос. |
| 56 | Закономерности работы головного мозга. | **2** | Опрос. |
| 57 | Биологические ритмы. Сон и его значение. | **2** | Опрос. |
| 58 | Особенности высшей нервной деятельности человека. | **2** | Тестирование. |
| **10** | **Оказание первой помощи** | **14** | |
| 59 | Понятие о ране. Классификация ран | **2** | Опрос. |
| 60 | Перевязочный материал. Правила наложения повязок. | **2** | Тестирование. |
| 61 | Правила наложения стерильных повязок на голову и грудь. | **2** | Опрос. |
| 62 | Правила наложения стерильных повязок на живот и верхние, нижние конечности. | **2** | Опрос. |
| 63 | Виды кровотечений и их характеристики. Временная остановка кровотечения. | **2** | Опрос. |
| 64 | Первая медицинская помощь при кровотечениях. | **2** | Опрос. |
| 65 | Итоговое занятие-игра «Врач-пациент». | **2** | Опрос. |
| **11** | **Питание и жизнь** | **10** | |
| 66 | Пища человека. Ее значение для роста и развития организма. Белки, жиры, углеводы. Минеральные вещества. | **2** | Опрос. |
| 67 | Витаминная азбука. | **2** | Опрос. |
| 68 | Вредные компоненты пищи: нитраты, радионуклиды, тяжелые металлы, пищевые добавки. | **2** | Тестирование. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 69 | Заболевания пищеварительной системы и их профилактика (гастрит, колит, дизентерия, холера, ботулизм). | **2** | Опрос. |
| 70 | Итоговое занятие «Наука о питании – древняя и современная». | **2** | Опрос. |
| **12** | **Вспомним, что такое здоровье** | **4** | |
| 71 | Что нужно знать и уметь, чтобы быть здоровым. | **2** | Опрос. |
| 72 | Итоговое тестирование. | **2** | Тестирование |
| | Итого | **144** | |