

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ШКОЛА № 161 ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
194358, Санкт-Петербург, внутригородское муниципальное образование города  
федерального значения Санкт-Петербурга, поселок Парголово,  
улица Архитектора Белова, дом 5, корпус 2, строение 1**

---

**ПРИНЯТА**

Педагогическим советом  
ГБОУ школа № 161  
Выборгского района Санкт-Петербурга  
Протокол № 1 от «30» августа 2024г.

**УТВЕРЖДЕНА**

Директор ГБОУ школа № 161  
Выборгского района Санкт-Петербурга  
\_\_\_\_\_ О.А. Клекоцюк  
Приказ № 6-4/ОД от «02» сентября 2024г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Основы медицинских знаний»**

Срок освоения 1 год  
Возраст обучающихся от 13 до 14 лет

Разработчик:  
**Дашкова Алиса Евгеньевна,**  
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2024

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеразвивающая программа «Основы медицинских знаний» (далее – программа) относится к естественнонаучной направленности. Уровень освоения программы – общеразвивающей.

Медицина — система знаний и практики, целями которой являются укрепление здоровья, продление жизни, предупреждение и лечение болезней человека. Медицина изучает строение и процессы организма человека в норме и при патологии; факторы, влияющие на здоровье людей; использование физики, химии, биологии и технических устройств для борьбы с болезнями. Разрабатываются рекомендации по рациональному образу жизни, режиму труда и отдыха, питанию; меры, обеспечивающие оптимальные условия жизни и труда, а также методы профилактики и лечения различных болезней.

Первый анатом Леонардо да Винчи (1452–1519 гг.) производил вскрытия и открыл гайморову пазуху, проводящий пучок в сердце, желудочки головного мозга. Его анатомические рисунки очень точны; но они не были опубликованы до самого недавнего времени.

Данная программа служит для более детального знакомства школьников с организмом человека, особенно с многочисленными нарушениями, расстройствами в его деятельности, вызванными внешними и внутренними факторами и приводящими к заболеваниям. В рамках программы изучаются важнейшие заболевания человека: их причины, проявления, мероприятия по их предупреждению, способы лечения. Построение материала традиционное – по основным системам организма, причем, вначале прорабатывается знакомый из анатомии и физиологии материал.

В программу включены практические занятия, предусматривающие работу с натуральными препаратами, лабораторные работы санитарно-гигиенического направления, а также экскурсии в лечебные учреждения города. Программа данного курса имеет четкую практическую и гигиеническую направленность.

#### **Актуальность программы.**

В современном мире здоровье является одной из главных ценностей человека. Для его сохранения и поддержания необходимо обладать базовыми медицинскими знаниями. Программа направлена на:

- Повышение уровня знаний о собственном организме и его функционировании;
- Формирование здорового образа жизни и осознанного отношения к своему здоровью;
- Расширение кругозора и углубление интереса к медицине;
- Снижение заболеваемости и улучшение общего состояния здоровья населения.

#### **Объем и срок реализации программы**

Программа «Основы медицинских знаний» предусматривает 1 год обучения. Время, отведенное на обучение, составляет 144 часа в год, по 2 часа 2 раза в неделю.

**Основная цель программы** – создать условия для усвоения учащимися знаний о биологии человека как теоретической основы для биологической медицины.

#### **Задачи:**

##### **Обучающие:**

- Расширить область знаний учащихся по анатомии, физиологии и гигиене человека и научить применять их на практике;
- Обобщить и углубить знания о взаимосвязи состояния здоровья человека с условиями среды обитания;
- Формирование представлений об основных понятиях медицины (здоровье, болезнь, лечение).

##### **Развивающие:**

- Способствовать развитию у школьников умения осуществлять познавательную, коммуникативную, практико-ориентированную деятельность;
- Развивать у обучающихся навыки проектной деятельности;
- Развитие познавательных процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления)
- Формирование критического мышления (умение анализировать информацию, делать выводы).

**Воспитательные:**

- Воспитание бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- Формирование здорового образа жизни (правильное питание, физическая активность, режим дня);
- Сформировать интерес к профессиям, связанным с медициной;
- Формирование коммуникативных навыков (умение задавать вопросы, высказывать свою точку зрения, слушать других).

**Условия реализации программы:**

Программа «Основы медицинских знаний» реализуется для учащихся 13–14 лет. Срок реализации программы 1 год.

**Режим работы:**

Первый год обучения - 144 часа в год, 4 часа в неделю: 2 раза в неделю 2ч.

**Условия набора.**

В объединение «Основы медицинских знаний» принимаются все желающие (по заявлению родителей).

**Форма организации занятий** — групповая:

**Количество обучающихся в группах:**

1 год обучения не более 15 человек

**Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**

Учащиеся должны

**Знать:**

- Основы анатомии и физиологии человека
- Основные заболевания и методы их профилактики
- Принципы здорового образа жизни
- Правила оказания первой помощи при неотложных состояниях
- Вредные привычки и их последствия
- Здоровое питание и его роль в профилактике заболеваний
- Физическая культура и спорт для укрепления здоровья
- Психология и эмоциональное благополучие

**Уметь:**

- Оценивать состояние здоровья и факторы риска
- Разрабатывать и следовать плану здорового образа жизни
- Выявлять признаки заболеваний и обращаться за медицинской помощью
- Общаться с медицинскими работниками и понимать их рекомендации
- Использовать достоверные источники информации о здоровье
- Применять знания о здоровье в повседневной жизни
- Формировать ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих

**Личностные и метапредметные результаты освоения программы «Основы медицинских знаний»**

Результаты освоения программного материала оцениваются по трем базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

**Личностные результаты:**

- Формирование ответственного и бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- Развитие способности к самооценке и самоконтролю;
- Формирование мотивации к здоровому образу жизни;
- Воспитание нравственных качеств, таких как сострадание, милосердие, взаимопомощь.

#### **Метапредметные результаты:**

- Формирование умения анализировать и синтезировать информацию;
- Развитие логического мышления и умения устанавливать причинно-следственные связи;
- Формирование умения корректировать свою деятельность в соответствии с изменяющимися условиями;
- Развитие способности к сотрудничеству и взаимодействию.

#### **Предметные результаты:**

- Знание правил безопасности при работе с оборудованием;
- Знание основных понятий и терминов медицины;
- Понимание принципов здорового образа жизни и факторов, влияющих на здоровье;
- Знание правил оказания первой медицинской помощи;
- Умение применять полученные знания в повседневной жизни.

#### **Формы учебно-воспитательного процесса при реализации программы являются:**

- индивидуальные (практические и творческие задания, консультации, беседы);
- групповые (биологические эксперименты, лабораторные работы, конкурсы, акции);
- обучение в микрогруппах (проектная деятельность, создание компьютерных презентаций).

#### **Типы занятий.**

##### *1. Учебные занятия:*

- комплексные;
- индивидуальные;
- практические работы.

##### *2. Контрольные занятия:*

- защита проекта;
- анкетирование;
- практические работы.

#### **Методы обучения:**

- словесные (рассказ, беседа, лекция);
- наглядные (наблюдение, показ, демонстрация);
- проблемно-поисковые (исследовательская деятельность, проектная деятельность);
- практические (практические работы);
- контрольно-диагностические (самоконтроль, лабораторно-практический контроль, устный и письменный контроль динамики роста знаний, умений, навыков).

#### **Виды занятий:**

- Групповые

#### **Материально-техническое обеспечение программы.**

Для успешной реализации программы «Основы медицинских знаний» необходимы следующие материалы и инструменты:

- Микроскоп
- Микропрепараты
- Скелет человека
- Модели внутренних органов человека

Основной учебной базой для проведения занятий является кабинет ОУ.

#### **Календарный учебный график**

| Год обучения   | Дата начала обучения по программе | Дата окончания обучения по программе | Всего учебных недель | Количество учебных часов | Режим занятий             |
|----------------|-----------------------------------|--------------------------------------|----------------------|--------------------------|---------------------------|
| 1 год обучения | 10 сентября 2024 год              | 29 мая 2025 год                      | 36                   | 144                      | 2 раза в неделю по 2 часа |

### Календарно – тематическое планирование

| №  | Тема занятия                               | Кол-во часов | Дата занятия |             |
|----|--|--------------|--------------|-------------|
|    |  |              | План         | Фактическое |
| 1  | Введение. Человек в зеркале философии.     | 2            | 10.09.2024   |             |
| 2  | Введение. Человек в зеркале философии.     | 2            | 12.09.2024   |             |
| 3  | На пути эволюции. Потомки одного вида.     | 2            | 17.09.2024   |             |
| 4  | На пути эволюции. Потомки одного вида.     | 2            | 19.09.2024   |             |
| 5  | Как работает тело? Чудесный оркестр жизни. | 2            | 24.09.2024   |             |
| 6  | Как работает тело? Чудесный оркестр жизни. | 2            | 26.09.2024   |             |
| 7  | Опорно-двигательный аппарат.               | 2            | 01.10.2024   |             |
| 8  | Опорно-двигательный аппарат.               | 2            | 03.10.2024   |             |
| 9  | Пищеварительная система                    | 2            | 08.10.2024   |             |
| 10 | Пищеварительная система                    | 2            | 10.10.2024   |             |
| 11 | Кровеносная и лимфатическая системы        | 2            | 15.10.2024   |             |
| 12 | Кровеносная и лимфатическая системы        | 2            | 17.10.2024   |             |
| 13 | Дыхательная система                        | 2            | 22.10.2024   |             |
| 14 | Дыхательная система                        | 2            | 24.10.2024   |             |
| 15 | Система органов выделения                  | 2            | 29.10.2024   |             |
| 16 | Система органов выделения                  | 2            | 31.10.2024   |             |
| 17 | Эндокринная система                        | 2            | 05.11.2024   |             |
| 18 | Эндокринная система                        | 2            | 07.11.2024   |             |
| 19 | Защитная система                           | 2            | 12.11.2024   |             |

|    |   |   |            |  |
|----|---|---|------------|--|
| 20 | Защитная система  | 2 | 14.11.2024 |  |
| 21 | Сенсорные системы   | 2 | 19.11.2024 |  |
| 22 | Сенсорные системы   | 2 | 21.11.2024 |  |
| 23 | Нервная система   | 2 | 26.11.2024 |  |
| 24 | Нервная система   | 2 | 28.11.2024 |  |
| 25 | Тайны мозга   | 2 | 03.12.2024 |  |
| 26 | Тайны мозга   | 2 | 05.12.2024 |  |
| 27 | Генетика человека   | 2 | 10.12.2024 |  |
| 28 | Генетика человека   | 2 | 12.12.2024 |  |
| 29 | Защита проекта «Особенности строения человеческого организма» | 2 | 17.12.2024 |  |
| 30 | Защита проекта «Особенности строения человеческого организма» | 2 | 19.12.2024 |  |
| 31 | Составляющие здоровья. В борьбе с болезнями.                  | 2 | 24.12.2024 |  |
| 32 | Составляющие здоровья. В борьбе с болезнями.                  | 2 | 26.12.2024 |  |
| 33 | Секреты гигиены   | 2 | 09.01.2025 |  |
| 34 | Секреты гигиены   | 2 | 14.01.2025 |  |
| 35 | Кодекс питания  | 2 | 16.01.2025 |  |
| 36 | Кодекс питания  | 2 | 21.01.2025 |  |
| 37 | Наука отдыха. Грани долголетия.                               | 2 | 23.01.2025 |  |
| 38 | Наука отдыха. Грани долголетия.                               | 2 | 28.01.2025 |  |
| 39 | Защита проекта «Искусство быть здоровым»                      | 2 | 30.01.2025 |  |
| 40 | Защита проекта «Искусство быть здоровым»                      | 2 | 04.02.2025 |  |
| 41 | Первая помощь при травмах и несчастных случаях                | 2 | 06.02.2025 |  |
| 42 | Первая помощь при травмах и несчастных случаях                | 2 | 11.02.2025 |  |
| 43 | Экскурсия в музей гигиены                                     | 2 | 13.02.2025 |  |
| 44 | Первая помощь при ожогах                                      | 2 | 18.02.2025 |  |

|    |   |   |            |  |
|----|---|---|------------|--|
|    |   |   |            |  |
| 45 | Первая помощь при ожогах  | 2 | 20.02.2025 |  |
| 46 | Первая помощь при отравлениях   | 2 | 25.02.2025 |  |
| 47 | Первая помощь при отравлениях   | 2 | 27.02.2025 |  |
| 48 | Первая помощь при кровотечениях   | 2 | 04.03.2025 |  |
| 49 | Первая помощь при кровотечениях   | 2 | 06.03.2025 |  |
| 50 | Первая помощь при травмах органов дыхания   | 2 | 11.03.2025 |  |
| 51 | Первая помощь при травмах органов дыхания «Оказание первой помощи при ушибах, переломах, вывихах и растяжении связок» | 2 | 13.03.2025 |  |
| 52 | Первая помощь при травмах органов дыхания «Оказание первой помощи при ушибах, переломах, вывихах и растяжении связок» | 2 | 18.03.2025 |  |
| 53 | Практическая работа «Оказание первой помощи при термических и химических ожогах»                                      | 2 | 20.03.2025 |  |
| 54 | Практическая работа «Оказание первой помощи при термических и химических ожогах»                                      | 2 | 25.03.2025 |  |
| 55 | Практическая работа «Оказание первой помощи при отравлении угарным газом, ядовитыми веществами»                       | 2 | 27.03.2025 |  |
| 56 | Практическая работа «Оказание первой помощи при отравлении угарным газом, ядовитыми веществами»                       | 2 | 01.04.2025 |  |
| 57 | Практическая работа «Оказание первой помощи при внешних и внутренних кровотечениях»                                   | 2 | 03.04.2025 |  |
| 58 | Практическая работа «Оказание первой помощи при внешних и внутренних кровотечениях»                                   | 2 | 08.04.2025 |  |
| 59 | Практическая работа «Оказание первой помощи при травмах органов дыхания»  | 2 | 10.04.2025 |  |
| 60 | Практическая работа «Оказание первой помощи при травмах органов дыхания»  | 2 | 15.04.2025 |  |
| 61 | Как выбрать тему для исследования. Постановка целей и задач   | 2 | 17.04.2025 |  |

|    |   |   |            |  |
|----|---|---|------------|--|
| 62 | Как выбрать тему для исследования. Постановка целей и задач | 2 | 22.04.2025 |  |
| 63 | Как выбрать тему для исследования. Постановка целей и задач | 2 | 24.04.2025 |  |
| 64 | Источники информации  | 2 | 29.04.2025 |  |
| 65 | Источники информации  | 2 | 06.05.2025 |  |
| 66 | Источники информации  | 2 | 13.05.2025 |  |
| 67 | Как оформить результаты исследования                        | 2 | 15.05.2025 |  |
| 68 | Как оформить результаты исследования                        | 2 | 20.05.2025 |  |
| 69 | Как оформить результаты исследования                        | 2 | 22.05.2025 |  |
| 70 | Защита проектов   | 2 | 27.05.2025 |  |
| 71 | Защита проектов   | 2 | 28.05.2025 |  |
| 72 | Защита проектов   | 2 | 29.05.2025 |  |

**По окончании первого года обучения, учащийся должны:**

1. Знать основы анатомии и физиологии человека;
2. Знать основные заболевания и методы их профилактики;
3. Знать принципы здорового образа жизни;
4. Знать правила оказания первой помощи при неотложных состояниях;
5. Знать вредные привычки и их последствия;
6. Знать принципы здорового питания и его роль в профилактике заболеваний;
7. Знать физические упражнения для укрепления здоровья;
8. Иметь представление о психологии и эмоционального благополучия;
9. Уметь оценивать состояние здоровья и факторы риска;
10. Уметь разрабатывать и следовать плану здорового образа жизни;
11. Уметь выявлять признаки заболеваний и обращаться за медицинской помощью;
12. Уметь общаться с медицинскими работниками и понимать их рекомендации;
13. Уметь использовать достоверные источники информации о здоровье;
14. Уметь применять знания о здоровье в повседневной жизни;
15. Уметь формировать ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов. В основу программы легли определенные педагогические принципы: принцип субъектности познающего сознания. Педагог и учащийся определяются активными субъектами образования.



Принцип дополнительности - монолог педагога уступает место смысловому диалогу, взаимодействию, партнерству, ориентация на реальную свободу развивающейся личности. Принцип открытости учебной и воспитательной информации. Мир знаний "открывается" перед учащимся благодаря работе его сознания, как главной личной ценности. Педагог не "преподносит" знания в готовом для понимания виде, а придает им контекст открытия. Принцип уважения к личности ребенка в сочетании с разумной требовательностью к нему предполагает, что требовательность является своеобразной мерой уважения к личности ребенка. Разумная требовательность всегда целесообразна, если продиктована потребностями воспитательного процесса и задачами развития личности. Принцип сознательности и активности учащихся предполагает создание условий для активного и сознательного отношения учащихся к обучению, условий для осознания учащимися правильности и практической ценности получаемых знаний, умений и навыков. Принцип дифференцированного и индивидуального подхода в обучении предполагает необходимость учета индивидуальных возможностей и возрастных психофизиологических особенностей каждого учащегося при выборе темпа, методов и способа обучения. Принцип преемственности, последовательности и систематичности заключается в такой организации учебного процесса, при которой каждое занятие является логическим продолжением ранее проводившейся работы, позволяет закреплять и развивать достигнутое, поднимать учащегося на более высокий уровень развития. Принцип доступности и пассивности заключается в применении основного правила дидактики "от простого к сложному, от известного к неизвестному".

#### **Учебно-методическое обеспечение программы**

Методика обучения по программе состоит из сочетания лекционного изложения теоретического материала с наглядным показом иллюстрирующего материала и приемов решения практических задач. Обучающиеся закрепляют полученные знания путем самостоятельного выполнения практических работ. Для развития творческого мышления и навыков аналитической деятельности педагог проводит занятия по презентации творческих и практических работ, мозговые штурмы, интеллектуальные игры.

#### **Методические материалы:**

1. Артюнина, Г. П. Основы медицинских знаний: Здоровье, болезнь и образ жизни / Г.П. Артюнина, С.А. Игнаткова. - М.: Академический проект, 2016. - 560 с.
2. Буянов, В. М. Первая медицинская помощь. Учебник / В.М. Буянов, Ю.А. Нестеренко. - М.: Альянс, 2015. - 224 с.
3. Лисицын, Ю. П. История медицины / Ю.П. Лисицын. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 400 с.
4. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Учебное пособие / М.Н. Мисюк. - М.: Юрайт, 2015. - 432 с.