

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ТОМСКА ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 64  
г. ТОМСК

Согласовано на заседании МС,  
МАОУ СОШ № 64 г. Томска  
Протокол № 2  
От «31» августа 2020г.



Программа внеурочной деятельности

«ЗДОРОВЬЕ МОЕЙ СЕМЬИ»

(экспериментальная программа)

Срок реализации – 1 год

Автор - составитель  
учитель биологии  
первой квалификационной категории  
Казаченко Светлана Алексеевна

Томск 2020

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Нормативные документы, обеспечивающие реализацию программы:

1. Закон « Об образовании»
- 2.Федеральный государственный стандарт среднего общего образования
3. СанПиН 2.4.2.2821 – 10 Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации обучения в общеобразовательных учреждениях (Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса)
4. Учебный план МАОУ СОШ № 64 г. Томска на 2020-2021г.г.

### **Актуальность программы.**

Привлечение подростков к модулю «Здоровье моей семьи» в рамках проекта «Точка роста»- это не просто средство чем-то занять их свободное время, но и возможность применять полученные знания и умения в практической деятельности. Это помощь в адаптации к новым экономическим условиям жизни, ориентация на новые социальные отношения. Программа актуальна в ситуации выбора профессии, это школа воспитания любви и милосердия к человеку, уважения к труду медицинского работника, развитие интереса к подходам лечения и здоровья человека, желания не только самому овладеть основами медицинских знаний, но и в создавшихся условиях дома, на улице, в школе суметь помочь нуждающимся.

Данная программа пробуждает интерес подростков к новому виду деятельности, решает проблему ранней профориентации, отвечает потребностям современных детей и их родителей в организации полезного досуга, то есть, ориентирована на решение актуальных вопросов социализации ребенка. Объем учебных занятий 34 часа (1 час в неделю) в 10 профильном классе.

**Педагогическая целесообразность и отличительные особенности** данной программы заключаются в подборе содержания для образовательной деятельности и организации образовательного процесса с помощью конкретно выбранных форм, методов и средств обучения, а также использование материально-технической базы в рамках проекта «Точка роста» в соответствии с поставленными целями и задачами программы и проекта.

Теоретические занятия развивают у воспитанников познавательный интерес к основам медицинских знаний, практические работы развивают умения и навыки выполнения простейших медицинских процедур и практического их применения в повседневной жизни, при уходе за больными в домашних условиях.

В программе выстроена система процесса обучения, развития и воспитания обучающихся, которая влияет на личность воспитанника в целом и на развитие его специальных способностей. Формирует грамотное и осмысленное

осуществление ухода за больными в домашних условиях, а также способствует ранней профориентации в выборе медицинской профессии.

### **Цель программы:**

Развитие познавательного интереса к основам медицинских знаний; овладение простейшими медицинскими умениями по уходу за больными и формирование навыков практического их применения; воспитание любви, сострадания и милосердия к человеку.

### **Задачи:**

#### **1. Обучающие:**

- ознакомить с историей зарождения и развития медицины;
- обучить основам гигиены и санитарии;
- научить грамотно и осмысленно осуществлять уход за больным в домашних условиях;
- сформировать навыки и умения выполнять простейшие медицинские процедуры;
- сформировать навыки общения с больными.

#### **2. Развивающие:**

- способствовать развитию мотивации к познанию и обучению через изучение истории медицины.

#### **3. Воспитательные:**

- воспитать уважение к труду медицинских работников;
- воспитание любви, сострадания и милосердия к человеку.

### **Формы организации деятельности детей на занятии:**

- групповые;
- индивидуально-групповые;
- индивидуальные;
- работа в парах;

### **Ожидаемые результаты освоения образовательной программы.**

Обучающиеся:

1. Разовьют познавательный и практический интерес к основам медицинских знаний и смогут применить их в жизни.
2. Смогут раньше сориентироваться в выборе профессии.
3. Будут уметь выполнять правила санитарии и гигиены при уходе за больным в домашних условиях.
4. Научатся грамотно и осмысленно осуществлять уход за больным в домашних условиях.
5. Приобретут навыки и умения выполнять простейшие медицинские процедуры.
6. Воспитают в себе чувство уважения к труду медицинского работника, чувство эмпатии.
7. Будут уметь выполнять простейшие реанимационные мероприятия.
8. Будут владеть приемами оказания неотложной помощи при состояниях опасных для жизни (обморок, боли в сердце, рвота, удушье, боли в животе).
9. Будут уметь владеть технологией накладывания мягких бинтовых повязок при закрытых и открытых повреждениях.
10. Будут уметь владеть способами остановки наружных кровотечений и смогут применить их в случае необходимости в повседневной жизни.
11. Получат информацию о медицинской деятельности и профессиях медицинских работников.

Для отслеживания результативности работы по программе на протяжении всего процесса обучения осуществляется:

- вводный контроль (сентябрь) в форме первоначальной диагностики (беседа), позволяющий выявить уровень подготовленности и возможности ребят;
- текущий (в течение всего года) или промежуточный контроль производится после прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии воспитанников, заканчивающийся коррекцией усвоения материала. Проводится в форме опроса, беседы, собеседования, практической работы;
- итоговый контроль проводится в конце полугодия (декабрь\май) и позволяет оценить уровень обученности воспитанников.

#### **Формы подведения итогов реализации программы**

Форма итоговой аттестации — творческая работа, тестирование, иная.

#### **Учебно-тематический план.**

| Раздел, тема | Количество |  |  |
|--------------|------------|--|--|
|--------------|------------|--|--|

|   | часов |        |        |
|---|-------|--------|--------|
|   | всего | теория | практ. |
| Вводное занятие.  | 1     | 1      | 0      |
| История зарождения и развития медицины  | 3     | 3      | 0      |
| Основы гигиены  | 5     | 3      | 2      |
| Элементы общего ухода за больными в домашних условиях   | 2     | 1      | 1      |
| Принципы оказания первой медицинской помощи при (закрытые повреждения, раны, кровотечения,)           | 6     | 2      | 4      |
| Понятие об асептике и антисептики. Химические противомикробные средства.                              | 2     | 1      | 1      |
| Повреждения головы и позвоночника   | 3     | 2      | 1      |
| Понятие о реанимации. Простейшие реанимационные мероприятия.  | 2     | 1      | 1      |
| Состояния опасные для жизни (обморок, боли в сердце, острый живот, рвота, удушье). Неотложная помощь. | 2     | 1      | 1      |
| Острые отравления. Неотложная помощь.   | 1     | 1      | 0      |
| Виртуальные экскурсии в анатомический, патологический музеи   | 2     | 0      | 2      |
| Виртуальные лаборатории   | 3     | 0      | 3      |
| Итоговое занятие. Защита творческой работы, тестирование.   | 1     | 1      |        |
| Подведение итогов   | 1     | 1      | 0      |
| <u>Всего:</u>   | 34    | 18     | 16     |

## Содержание программы.

### **Тема 1. История зарождения медицины**

История зарождения и развития медицины. Зарождение медицины в Древние века. Медицина Древнего Египта, Древнего Китая и Индии. Зарождение медицины Древнего Рима и Греции, Древней Руси и развитие медицины в настоящее время. Медицина и её отрасли. Методы исследования. Опыт древних и его применение в современных условиях. История развития терапии, хирургии, педиатрии.

### **Тема 2. Основы гигиены.**

Понятие о гигиене. Виды гигиены. Цели и задачи гигиены. Основоположники гигиены как науки. Гигиена воздуха в помещении. Гигиена воды и водоснабжения. Гигиена питания. Пищевые отравления. Неотложная помощь при пищевых отравлениях. Составить технологические карты неотложной помощи: а) при остром пищевом отравлении; б) при отравлении грибами.

Практика. Выполнить мероприятия по уходу за кожей больного (обмывание, обтирание). Гигиена больного в домашних условиях. Постель больного. Значение своевременной смены нательного и постельного белья. Способы перестилания больного (поперечный и продольный). Гигиеническое значение ухода за кожей, волосами, ногтями, ушами, глазами, полостью рта. Гигиена кожи у тяжелобольных. Пролежни. Профилактика пролежней.

### **Тема 3 Элементы общего ухода за больными в домашних условиях.**

Понятие об уходе за больными. Роль и значение ухода в процессе выздоровления пациента и профилактике заболеваний. Отработка умений и навыков по теме «Положение больного в постели при различных заболеваниях» (заболевания сердечно-сосудистой системы, заболевания органов дыхания, бронхиальная астма, заболевания нижних конечностей и др.). Температурный лист. Отражение температуры больного в температурном листе.

Практика. Построить график температурной кривой по заданным параметрам. Определить по графику состояние больного (лизис, кризис) и период плавного постепенного снижения температуры.

Основы рационального питания. Составить таблицу распределения в суточном рационе белков, жиров и углеводов для здорового человека. Виды искусственного питания (через зонд, гастростому).

Практика: уметь правильно внутримышечно, подкожно, внутривенно ставить уколы.

### **Тема 4. Общее понятие травмы. Закрытые повреждения.**

Закрытые повреждения: ушибы, растяжения связок и сухожилий травмы. Ознакомить воспитанников с перевязочным материалом. Приготовить перевязочный материал.

Практика: Приобрести и закрепить навыки наложения бинтовых повязок при ушибах. **Раны.** Классификация ран. Раневая инфекция. Синдром длительного сдавливания. Приобрести и закрепить навыки обработки раневой поверхности. Практика: Приобрести и закрепить навыки наложения артериального и венозного жгутов. **Кровотечения.** Виды кровотечений. Признаки артериального, венозного и капиллярного кровотечений. Внутренние кровотечения. Неотложная помощь.

Практика: Приобрести и закрепить навыки обработки раны и наложение давящей повязки при венозном кровотечении, наложение асептической повязки при капиллярном кровотечении, применения подручных средств при остановке наружных кровотечений.

Практика: шитье ран.

#### **Тема 5. Понятие об асептике и антисептике. Химические противомикробные средства.**

Понятие об асептике и антисептике. Правила и способы применения асептики в хирургии. Краткая характеристика некоторых антисептиков. Химические противомикробные средства. Применение. Познакомить воспитанников с лекарственными средствами.

Практика: Сформировать домашнюю аптечку. Определить непригодность лекарственных средств.

#### **Тема 6. Повреждения головы и позвоночника.**

Повреждения головы и позвоночника. Сотрясение головного мозга, ушиб головного мозга. Повреждения костей черепа. Ранения мягких покровов головы. Переломы костей носа, повреждения глаз. Неотложная помощь при повреждениях головы. Повреждения позвоночника. Признаки. Первая помощь при травме позвоночника. Иммобилизация. Транспортировка.

Практика: Неотложная помощь при повреждениях головы. Повреждения позвоночника. Иммобилизация. Транспортировка.

#### **Тема 7. Понятие о реанимации. Простейшие реанимационные мероприятия.** Понятие о реанимации.

Предагональное состояние, клиническая и биологическая смерть. Признаки определения. Показания для оказания реанимационной помощи. Выявить показания для проведения пострадавшему простейших реанимационных мероприятий.

Практика: проведение пострадавшему простейших реанимационных мероприятий.

#### **Тема 8. Состояния, опасные для жизни (обморок, боли в сердце, острый живот, рвота, удушье). Неотложная помощь.**

Обморок, боли в сердце, острый живот, рвота, удушье. Причины. Клинические проявления состояний опасных для жизни, неотложная помощь при этих состояниях.

Практика: Приобрести и закрепить навыки подсчета пульса и дыхательных движений. Измерить АД крови. Выявить состояния человека, опасные для жизни.

### **Тема 9. Острые отравления. Неотложная помощь.**

Острые отравления. Отравления химическими веществами, ядовитыми грибами, пищевыми продуктами, алкогольные отравления. Признаки и клинические проявления. Неотложная помощь при острых отравлениях.

### **Тема 10. Домашняя аптечка.**

Комплектование лекарственных средств для домашней аптечки. Понятие о лекарственном веществе, лекарственном препарате, лекарственной форме. Пути введения лекарственных средств в организм. Дозировка.

Подобрать лекарственные средства и способы их применения для домашней аптечки.

### **Тема 11. Экскурсии в анатомический музей г. Томска.**

**Тема 12. Виртуальные лаборатории.** Виртуальная лабораторная работа заменяет (полностью или на определённых этапах) натуральный объект исследования, что гарантирует получение результатов опытов, даёт возможность сфокусировать внимание на ключевых сторонах исследуемого явления. Лаборатория способствует развитию критического мышления, выработке навыков и умений практического использования получаемой информации.

### **Тема 13. Итоговое занятие.**

#### **Воспитанники к концу обучения:**

- ознакомятся с историей зарождения и развития медицины;
- изучат основы гигиены ;
- научатся выполнять простейшие медицинские процедуры;
- научатся грамотно и осмысленно осуществлять уход за больным в домашних условиях;
- получат информацию о медицинской деятельности и профессиях медицинских работников.
- будут иметь представление об истории зарождения и развития медицины;

#### **будут знать:**

- основы гигиены;
- элементы общего ухода за больными;
- технологию постановки простейших медицинских процедур (грелка, согревающий компресс, горчичники, пузырь со льдом, очистительная клизма);

- характеристику пульса;
- характеристику дыхания;
- правила измерения температуры;
- правила измерения АД крови
- принципы оказания первой медицинской помощи при ранах, травмах, переломах, повреждениях головы и позвоночника;
- простейшие приёмы реанимации;
- правила наложения повязок разного вида;
- правила и способы остановки наружных кровотечений;
- неотложную помощь при состояниях угрожающих жизни (обморок, боли в сердце, острый живот, рвота, удушье, пищевые отравления);
- правила пользования домашней аптечкой;

**будут уметь:**

- оформить творческую работу,
- применять основные правила гигиены и санитарии по уходу за больными в домашних условиях;
- проводить туалет больного;
- осуществлять уход за кожей, ногтями, волосами, ушами, глазами, полостью рта больного;
- перестилать больного двумя способами;
- проводить профилактику пролежней;
- выполнять простейшие медицинские процедуры (поставить - грелку, горчичники, согревающий компресс, пузырь со льдом; измерить - температуру, АД крови; проводить подсчет пульса, подсчет дыхательных движений);
- оказать неотложную помощь при обмороке;
- накладывать мягкие бинтовые, лейкопластырные, пращевидные, иммобилизирующие повязки;
- научатся способам остановки наружных кровотечений;
- обрабатывать раневую поверхность;
- останавливать наружные кровотечения;
- определять непригодность лекарственных средств;
- накладывать импровизированные шины при повреждениях стопы, голени, бедра;
- накладывать лейкопластырные повязки при повреждениях различной локализации;

- накладывать косыночные повязки на голову, грудную клетку, на кисть, стопу, коленный и голеностопный суставы;
- накладывать повязки на один и оба глаза;
- накладывать фиксирующие повязки при ранениях грудной клетки;
- оказать неотложную помощь при состояниях опасных для жизни (обморок, боли в сердце, острый живот, рвота, удушье).

### **Материальное обеспечение программы:**

технические средства обучения:

- компьютер;
- видеопроектор;
- экран
- **3D очки**

### **Список литературы.**

#### **Для педагога:**

1. Артюнина Г.П., Игнаткова С.А. Основы медицинских знаний. Учебное пособие, Академический проект, М., 2005, 350 стр.
2. Богоявленский И.Ф. Спаси, сохрани жизнь. Серия книг, Медиус, СПб, 2005, 724 стр.
  - Транспортная иммобилизация (80 стр.);
  - Ожоги, отравления, обморожения (82 стр.);
  - Остановка кровотечений (85 стр.);
  - Переноска пострадавших (85 стр.);
  - Техника реанимации (307 стр.);
  - Электротравмы (85 стр.).
3. Михайлов И.В. Популярный словарь медицинских терминов. Феникс, Ростов-на-Дону, 2004, 285 стр.
4. Мухина С.А. Атлас по манипуляционной технике сестринского ухода. АНМИ, М., 2004, 250 стр.
5. Мурашко В. Учебник подготовки младших медицинских сестер по уходу за больными. Медицина, М., 2004, 538 стр.

#### **Для обучающихся:**

1. Мухина С.А. Атлас по манипуляционной технике сестринского ухода. АНМИ, М., 2004, 250 стр.
2. Мурашко В. Учебник подготовки младших медицинских сестер по уходу за больными. Медицина, М., 2004, 538 стр.
3. Михайлов И.В. Популярный словарь медицинских терминов. Феникс, Ростов-на-Дону, 2004, 285 стр.

