

Амурская область Шимановский район с. Петруши
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Петрушинская средняя общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

И.И. Овсиенко

Приказ № 33

от «29» мая 2020 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Здоровье человека»

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Срок реализации программы: 1 год

Направленность программы: естественнонаучная

Уровень программы: базовый

Автор: Алямкина Надежда Ивановна
Педагог дополнительного образования

с. Петруши

2020 г.

Пояснительная записка

Актуальность программы

В настоящее время наблюдается дефицит внимания к детям и подросткам со стороны взрослых, предъявляются огромные и все возрастающие требования к детской психике и организму. Программа призвана дать обучающимся основы знаний, умений и навыков по вопросам анатомии, физиологии и личной гигиены, профилактики заболеваний и несчастных случаев, выработать навыки оказания доврачебной помощи при заболеваниях, травмах различного происхождения. Актуальность программы заключается также и в том, что в процессе её реализации у обучающихся формируется устойчивая потребность в формировании здорового образа жизни.

Новизна

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Человек и его здоровье» сочетает в себе биологическую и валеологическую составляющие. В интересной и занимательной форме представляется материал в курсе реализации программы. При работе используются разнообразные средства (компьютерная техника и оборудование, лабораторное оборудование, различные экспонаты, тренажеры, модели, медицинские материалы и др.).

Цель программы: способствовать формированию у обучающихся ценностей здорового образа жизни как компонента базовой культуры личности.

Задачи:

Образовательные:

- Обучить основным понятиям, терминам и определениям анатомии, физиологии человека;
- Научить наблюдать и сопоставлять факты и закономерности в области анатомии и физиологии человека, функциональных возможностей организма;
- Изучить возрастные и индивидуальные особенности организма человека;
- Формировать положительную мотивацию на оздоровление, укрепление собственного здоровья, на ведение здорового образа жизни.

Развивающие:

- Развивать навык самостоятельного мышления;
- Развивать интерес к творческой деятельности, расширению эрудиции и углублению знаний;

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

Воспитательные:

- Воспитывать у обучающихся потребность в здоровом образе жизни;
- Способствовать воспитанию таких качеств личности как любознательность, трудолюбие, ответственность, самостоятельность, коммуникабельность.

Предполагаемый результат реализации программы:

Обучающиеся должны знать:

- основы строения и функционирования организма человека;
- правила гигиены;
- что такое осанка, как её сохранить;
- основные принципы самоконтроля работы органов дыхания, пищеварения, сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательной системы, органов чувств;
- основные, составляющие здоровья и здорового образа жизни;
- показатели здоровья человека;
- негативные последствия воздействия табачного дыма, алкоголя и наркотиков на организм человека.

Обучающиеся должны уметь:

- проводить наблюдения за состоянием собственного организма, работать с микроскопами, готовыми препаратами, моделями, тренажерами, объяснять их результаты;
- ориентироваться в системе познавательных ценностей: оценивать информацию об организме человека, получаемую из разных источников, последствия влияния факторов риска на здоровье человека;
- реализовывать установки здорового образа жизни;
- ориентироваться в системе моральных норм и ценностей по отношению к собственному здоровью и здоровью других людей.

Направленность программы: естественнонаучная

Уровень программы: базовый

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся

Программа предназначена для детей среднего школьного возраста (5-8 классы). В этом возрасте обучающиеся проявляют большой интерес к своему организму, здоровью и готовы углубить, расширить их, освоить основные правила, которым необходимо следовать для поддержания здоровья,

участвовать в практических и лабораторных занятиях в интересной занимательной форме.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность программы заключается в развитии биологического и валеологического знания обучающихся, их воспитания на основе изучения основ анатомии и физиологии человека, связи между заболеваниями и состоянием окружающей среды, образом жизни. Сочетание теоретического курса и практических работ способствует творческому и интеллектуальному развитию детей.

Срок, объем и режим освоения программы:

Программа рассчитана на 81 ч. (2 ч. в неделю)

Срок реализации: 1 год

Особенности организации образовательной деятельности:

Группа формируется из разновозрастных детей (до 15 чел.), имеющих различные базовые знания и умения. Содержание тематического плана может корректироваться. Психологическая и тренинговая содержательная учебного плана корректируется в зависимости от личных качеств учащихся, так как программа призвана помочь в развитии необходимых профессиональных качеств.

Освоение программы проходит в форме теоретических и практических занятий:

В теоретическую часть входит: изучение особенностей строения и функционирования органов, систем органов и целого организма, освоение правил здорового образа жизни с использованием различного оборудования, а также с использованием образовательных программ информационно-коммуникационных технологий.

Практическая часть: выполнение исследований, опытов, экспериментов, оказание первой доврачебной медицинской помощи, выполнение гигиенических правил.

Занятия строятся с учётом индивидуальных возрастных, психологических, физиологических особенностей детей.

Формы занятий: коллективная, групповая, индивидуальная.

Формы контроля знаний и умений: текущий контроль уровня усвоения материала осуществляется на каждом занятии по результатам выполнения практических заданий в традиционной или тестовой форме.

Мониторинг результатов обучения и критерии оценки обучающихся

Основа - три группы показателей:

- Теоретическая подготовка и основные общеучебные компетенции (фиксация приобретенных ребенком в процессе освоения учебного курса предметные и общеучебные знания, умения, навыки);
- Практическая подготовка (освоение способов решения проблем творческого и поискового характера; формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия; определять наиболее эффективные способы достижения результата; формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей);
- Достижения воспитанников (выражающиеся в изменении личностных качеств ребенка под влиянием занятий в объединении, работающем по учебному курсу «Здоровье человека»).

Критерии оценки результативности

- высокий уровень – 3 балла;
- средний уровень – 2 балла;
- низкий уровень – 1 балл;
- не усвоил – 0 баллов.

Формы определения результативности детей по программе:

наблюдение, тестирования, творческие работы; самостоятельные работы репродуктивного характера; защиты творческих работ, проектов, исследовательских работ; конференции; фестивали; олимпиады.

Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Лабораторный практикум	Средства обучения	Формы контроля (аттестации)
	Введение	4			
1	Общее знакомство со строением организма человека	12	«Работа с микроскопами» (устройство, правила работы) «Клетки, ткани, органы человека» «Измерение физических параметров человека»	Набор микропрепаратов «Анатомия и физиология» Микроскопы Лупы Интерактивный экспонат «Витрувианский человек» Интерактивное пособие «Человек, строение тела человека»	Л/р Тестирование Наблюдение
2	Система опоры и движения	10	«Осанка-стройная спина» «Чем опасен сколиоз» «Определение степени гибкости позвоночника, подвижности суставов, координации движения, быстроты реакции» «Оказание первой доврачебной помощи при повреждениях опорно-двигательной системы»	Модель локтевого сустава Интерактивный экспонат: «Физиологическая мощность» «Время реакции (24 кнопки)» Стенд «Физиология» Набор лангеток Аптечка первой помощи универсальная	Практикум Тестирование Исследование

3	Дыхательная система	8	«Строение органов дыхания» «Определение состояния пострадавшего. Первая помощь при остановке дыхания»	Модель гортани в разрезе, модель носа в разрезе Тренажер-манекен «Максим» Тренажер для эвакуации «Алекс»	Практикум Тестирование Исследование
4	Сердечно-сосудистая система	12	«Анатомия сердца и сосудов» «Подсчет пульса» «Определение артериального давления» «Приемы остановки кровотечений»	Модель сердца Стенд «Физиология» Тонометры (манометры) Электрофизиология Аптечка первой помощи универсальная	Практикум Тестирование Исследование
5	Пищеварительная система	9	«Строение желудка»	Модель желудка в разрезе	Тестирование
6	Выделительная система	4	«Изучение строения почки»	Модель почки в разрезе	Тестирование
7	Органы чувств	10	«Как мы видим» «Как мы слышим» «Как мы различаем запахи»	Набор «Органы чувств» Модель носа в разрезе Анатомическая модель глаза Анатомическая модель уха	Проект
8	Исследовательская и проектная деятельность	12	Выполнение исследовательских и проектных работ по выбору обучающихся. Представление и защита проектов.		Проекты Конференция Олимпиады
		81 ч.			

Содержание программы

Введение

Науки, изучающие организм человека. Методы, применяемые для изучения организма человека.

1. Общее знакомство со строением организма человека :

Отделы тела человека. Конституция человека (рост, масса, вес).

Расположение внутренних органов.

Клетки, ткани, органы, системы органов.

2. Система опоры и движения:

Скелет: отделы, типы соединений, виды костей, связки, сухожилия.

Мышцы: виды, форма, функции. Работа и сила мышц, мышечный тонус, утомление. Значение физических упражнений в формировании скелета и мышц. Развитие мышц. Меры доврачебной помощи при повреждении скелета.

3. Дыхательная система:

Строение, функции дыхательной системы человека. Образование звуков в гортани. Нарушения работы дыхательной системы, первая помощь при остановке дыхания. Сердечно-легочная реанимация. Воздействия табачного дыма, алкоголя и наркотиков на организм человека.

4. Сердечно-сосудистая система:

Строение, работа сердца. Кровеносные сосуды: артерии, вены, капилляры. Пульс. Давление в кровеносных сосудах. Нарушения сердечно-сосудистой системы и первая помощь. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний. Кровотечения.

5. Пищеварительная система:

Строение и функции органов пищеварения. Пищеварение в ротовой полости. Зубы и их заболевания. Пищеварение в желудке. Пищеварение в кишечнике. Заболевания пищеварительной системы, их профилактика.

6. Выделительная система:

Строение и функции выделительной системы. Механизм работы почек. Мочеобразование. Причины и профилактика заболеваний почек.

7. Органы чувств:

Строение органов чувств (зрения, обоняния, слуха, вкуса). Особенности их функционирования. Профилактика.

8. Исследовательская и проектная деятельность.

Календарный учебный график

Количество учебных недель	36
Дата начала и окончания учебного года	с 15.09.2020 по 15.05. 2021
Сроки промежуточной аттестации	с 15.12.2020 – 28.12.2020
Сроки итоговой аттестации	с 25.04.2021-14.05.2021

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы необходимо наличие:

отдельного помещения (класса с посадочными местами и столами) и соответствующая необходимая мебель (шкаф для приборов лабораторный, шкаф для коллекций и дидактических материалов

лабораторного оборудования для проведения практических работ, лабораторных работ

компьютерной техники (компьютеры, ноутбуки, планшеты) для работы с электронными учебными пособиями, оформления и презентации результатов исследования; мультимедийный проектор, звуковые колонки, интерактивная панель; принтер (многофункциональное устройство), программные продукты

точка беспроводного доступа в интернет (Wi-Fi)

видеочамера, фотоаппарат, лазерная указка-презентатор

оборудование для лабораторных занятий

микроскопы: световой, цифровой USB- микроскоп, стереоскопический (бинокуляр)

лупа лабораторная

учебное оборудование

оборудование для практических и лабораторных занятий

медицинские расходные материалы

аптечка первой помощи универсальная, штатные носилочные средства, комплект необходимых средств для оказания неотложной помощи.

Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимо:

- Наличие учебного кабинета
- Компьютерное обеспечение
- Наглядный, демонстрационный и др. материал

Список литературы

Для педагога:

1. Барышников, С.Д. Практикум по анатомии и физиологии человека с основами патологии/ С.Д. Барышников. – М.: ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2017.
2. Савченков Ю.И. Физиология человека. Задачи и упражнения./ Ю.И. Савченков (и др.) – Ростов н/Д.: Феникс, 2011.
3. Самусев, Р.П., Липченко, В.Я. Атлас анатомии человека./ Р.П. Самусев, В.Я. Липченко. – М.: ООО «Изд. Дом «Оникс 21 век»: 2016.
4. Федюкович, Н.И. Анатомия и физиология человека: Учебное пособие./ Н.И. Федюкович. – Ростов н/Д: Феникс, 2017.
5. Швырев, А.А. Малый анатомический атлас./ А.А. Швырев. – Ростов н/ Д.: Феникс, 2010.

Для обучающихся:

1. Справочник школьника «Валеология». - Ростов-на-Дону: Баропресс, 2014.
2. Швырев, А.А. Малый анатомический атлас./ А.А. Швырев. – Ростов н/ Д.: Феникс, 2010.

Для родителей:

1. Крюкова Д.А., Лысак Л.А., Фурса О.В. Здоровый человек и его окружение. – Ростов: «Феникс» 2008.
2. Стомакова А.И., Мартынюк И.О. Популярно о питании. – Киев, 2006.

Электронные сетевые ресурсы:

1. <http://experiment.edu.ru> – Коллекция «Естественнонаучные эксперименты». Биология. Медицина
2. <http://www.ebio.ru> – электронная биологическая энциклопедия (раздел: человек и его здоровье)
3. <http://www.biology.asvu.ru> – электронная энциклопедия по биологии (цитология, гистология)
4. www.edu.ru
5. www.pedsovet.org
6. <https://infourok.ru/>