****

**Пояснительная записка**

Программа элективного курса «Основы медицинских знаний. Первая помощь» рассчитана на 34 часа и предназначена для учащихся 10-11 классов. Программа реализуется как в сетке учебных часов, так и во внеурочное время.

Программа состоит из 6 разделов и 34 тем.

Теоретические знания позволят учащимся кадетских классов определять степень опасности полученных травм для самих пострадавших и вероятность аналогичных поражений у других, сформировать практические навыки оказания быстрой и эффективной доврачебной помощи, что поможет сохранить жизнь и здоровье людей.

Особенно важно иметь эти знания в случаях, требующих оказания человеку самой первой медицинской помощи в быту, на работе, поездке, путешествии, в школе, на улице. Ситуация, когда первая медицинская помощь может и должна быть срочно оказана пострадавшему человеку, когда спасателю приходится рассчитывать только на помощь оказавшихся рядом лиц, своих друзей или на собственные знания и силы своего организма, в повседневной жизни нередки. В ряде случаев правильно оказанная на месте помощь может сохранить жизнь пострадавшему человеку, предотвратить быстрое развитие необратимых изменений в его организме и обеспечить желаемый результат еще до доставки в лечебное учреждение.

В современных условиях значение доврачебной помощи еще больше возросло в связи с ростом чрезвычайных ситуаций различного происхождения.

В процессе преподавания курса используются разнообразные формы и методы: объяснение и рассказ, показ фильмов, встречи с медицинскими работниками, подготовка рефератов, семинарские занятия, деловые игры, разбор и решение ситуационных задач ,занятия на базе поликлиники, в центре подготовки спасателей МЧС, ГИМС.

**Цель:**

* Воспитание у кадет ответственности за жизнь людей, готовности оказать помощь пострадавшим в различных чрезвычайных ситуациях.
* Формирование социального опыта кадета, осознание ими необходимости применять медицинские знания в нестандартных ситуациях.
* Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности.

**Основные задачи курса:**

* в сравнительно короткое время каждого занятия учащиеся должны овладеть практическими навыками для выполнения задач по спасению людей в условиях чрезвычайных ситуаций, действий по их предупреждению и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
* овладение практическими навыками предполагает активную самостоятельную работу учащихся;
* теоретический материал неразрывно связан с практикой, и каждое занятие является логическим продолжением предыдущего;
* каждое новое занятие курса содержит вопросы для повторения, и учащиеся могут контролировать свои знания.

**Предполагаемые результаты:**

* овладение новыми практическими навыками оказания первой медицинской помощи, умение применять полученные знания на практике, выбирать средства для решения поставленных задач, что воспитывает целеустремленность, собранность, желание помогать другим;
* профессиональная ориентация и самоопределение кадет;
* умение работать самостоятельно и в группе.

**Требования к знаниям:**

Выпускник кадетского класса должен **знать:**

* Приемы оказания первой медицинской помощи
* Средства для оказания первой медицинской помощи;

Выпускник кадетского класса должен **уметь:**

* Применять полученные знания в практической деятельности при оказании первой медицинской помощи
* Управлять своим поведением при общении с потерпевшими.

**У учащихся должны быть сформированы компетенции:**

**1. Учебно – познавательные:**

- определять наиболее рациональную последовательность при выполнении практических работ;

- самостоятельно оценивать свою деятельность

- уметь выделять причинно – следственные связи

**2. Коммуникативные:**

- вести диалог, выступать публично - участвовать в коллективной мыслительной деятельности - убеждать, доказывать, формулировать выводы

**3. Общекультурные:**

- управлять своим поведением, настроением, своими потребностями и желаниями, сочетая их с интересами коллектива.

**4. Информационные:**- конспектировать прочитанный материал, осуществлять пометки, выписки, составлять тезисы - описывать полученные результаты, делать выводы. Использовать Интернет ресурсы при составлении сообщений, рефератов, презентаций.
**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Раздел  | Кол-во часов |
| 1 | Введение | 2 |
| 2 | Факторы здоровья | 11 |
| 3 | Первая медицинская помощь | 12 |
| 4 | Лекарственные средства | 1 |
| 5 | Виды загрязнения и их влияние на здоровье | 8 |
|  | Итого | 34 |

**Содержание курса**

Введение - 2 часа

Значение знаний об особенностях строения и жизнедеятельности организма человека для самопознания и сохранения здоровья.

Раздел 1 Факторы здоровья - 11 часов

Культура отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих. *Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Укрепление здоровья: аутотренинг, закаливание, двигательная активность. Влияние физических упражнений на органы и системы органов. Факторы риска: стрессы, гиподинамия, переутомление, переохлаждение. Вредные и полезные привычки, их влияние на состояние здоровья.*

Человек и окружающая среда. Социальная и природная среда, адаптация к ней человека. Значение окружающей среды как источника веществ и энергии. Зависимость здоровья человека от состояния окружающей среды. Соблюдение правил поведения в окружающей среде, в опасных и чрезвычайных ситуациях как основа безопасности собственной жизни. Культура отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих. Биологические ритмы. Сон и бодрствование.

Раздел 2 Первая медицинская помощь– 12 часов

Первая помощь при ушибах, переломах костей и вывихах суставов. *Приемы оказания первой помощи себе и окружающим при травмах опорно-двигательной системы. Предупреждение травматизма.*

Ги­гиена сердечно-сосудистой системы. Доврачебная помощь при заболевании сердца и сосудов. Первая помощь при кровотечениях

Заболевания органов пищеварения, их профилактика. Гигиена органов пищеварения. Предупреждение желудочно-ки­шечных инфекций и гельминтозов. Доврачебная помощь при пищевых отравлениях.

Причины кожных заболеваний. Грибковые и па­разитарные болезни, их профилактика и лечение у дерматолога. Травмы: ожоги, обморожения. *Приемы оказания первой помощи себе и окружающим при травмах, ожогах, обморожениях и их профилактика.*

Раздел 3 Лекарственные средства - 1 часа

Фармакология. Виды лекарственных веществ. Фитотерапия.

Раздел 4 Виды загрязнения и их влияние на здоровье – 8 часов

Загрязнения воздуха, воды, почвы и их влияние на организм человека. Способы защиты от загрязнения.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Тема | Кол-во часов | Место проведения занятия | Дата по плану/ по факту |
|  | Введение. Человек как биосоциальное существо. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Организм как целостная система. Понятие о норме и патологии | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Особенности человека. Биологический ритм человека.Причины нарушений биологических ритмов | 2 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Искусство быть здоровым. Образ жизни как фактор здоровья. Факторы, влияющие на состояние здоровья. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | История развития представлений о здоровом образе жизни. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Вредные привычки и их влияние на организм человека. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Стресс как негативный социальный фактор. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Оздоровительно-профилактические средства на службе здоровья. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Здоровье человека и медицинская генетика. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Роль анализаторов в восприятии окружающего мира. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Сон как составляющая здорового образа жизни. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Психология сексуальной жизни | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Ювенология. Гипотезы старения. Продолжительность жизни человека | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Значение первой медицинской помощи. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Раны. Десмургия. Первая помощь при ранениях. | 1 | Кабинет цифрового и гуманитарного профиля «Точки роста» |  |
|  | Кровотечения, их виды, характеристика. | 1 | Кабинет цифрового и гуманитарного профиля «Точки роста» |  |
|  | Гомеостаз. Остановка кровотечений. | 1 | Кабинет цифрового и гуманитарного профиля «Точки роста» |  |
|  | Болезни сердечно-сосудистой системы. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях, при остановке сердца и дыхания. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца | 1 | Кабинет цифрового и гуманитарного профиля «Точки роста» |  |
|  | Переломы. Их основные признаки. Иммобилизация. | 1 | Кабинет цифрового и гуманитарного профиля «Точки роста» |  |
|  | Первая медицинская помощь при переломах. | 1 | Кабинет цифрового и гуманитарного профиля «Точки роста» |  |
|  | Виды ожогов. Первая медицинская помощь при ожогах. | 1 | Кабинет цифрового и гуманитарного профиля «Точки роста» |  |
|  | Травматический шок и противошоковые мероприятия. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Инфекционные болезни. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Дезинфекция. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Лекарственные средства. Фармокология. Фитотератия. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Город и здоровье человека | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Человек и климат. Особенности климата Дальнего Востока | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Химические вещества в окружающей среде и здоровье человека. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Загрязнение атмосферы и здоровье человека. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Загрязнение водных ресурсов и здоровье человека. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Репродуктивное здоровье человека. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | Профилактика болезней эндокринной системы. | 1 | Кабинет ОБЖ |  |
|  | ИТОГО: | 34 ч. |  |  |

**ИНФОРМАЦИОННО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

1. Лабораторный практикум. Биология 6-11 класс (учебное электронное издание), Респуб­ликанский мультимедиа центр, 2004
2. Интерактивные плакаты «Анатомия и физиология человека» Просвещение 2008 г
3. Образовательный комплекс «Биология, 8 кл. Человек» создан на основе УМК под редакцией проф. И.Н. Пономаревой. (М., Издательский центр «Вентана-Граф»).
4. Полный интерактивный курс биологии «Открытая биология» Физикон 2005 г

*Ресурсы Интернета*

1.http://bio.1september.ru

2. http://www.cultinfo.ru

3. http://bio.1september.ru - газета «Биология» - приложение к «1 сентября»

4.    www.bio.nature.ru - научные новости биологии

5.    www.edios.ru - Эйдос - центр дистанционного образования.

6. www.km.ru/education -Учебные материалы и словари на сайте «Кирилл и Мефодий