ДЕПАРТАМЕНТ ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ ТВОРЧЕСТВА «НА ВАДКОВСКОМ»
СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ «РОССИЯ МОЛОДАЯ»

Принята на заседании
Методического совета
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

«Утверждаю»
Директор ГБУ ДО
ЦТ «На Вадковском»
К.Г. Полянский
«30» августа 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА И ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»

Автор-составитель:
Кученова Татьяна Николаевна,
педагог дополнительного образования

Направленность программы: естественнонаучная
Уровень освоения программы: ознакомительный
Возраст обучающихся: 7-15 лет
Срок реализации программы: 2 года

Москва, 2023 год

Раздел 1. Пояснительная записка

1.1. Направленность дополнительной общеразвивающей программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Физиология и основы медицинских знаний» относится к естественнонаучной направленности, разработана в 2023 году и обновлена с опорой на Федеральный закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. (ред. 04.08.2023 г.); Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Концепцию развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации № 678-р от 31 марта 2022 г.); Приказ Департамента образования города Москвы № 922 от 17.12.2014 «О мерах по развитию дополнительного образования детей в 2014–2015 учебном году» (с изменениями и дополнениями от 07.08. 2015 г.; № 1308 от 08.09.2015 № 2074; №1035 от 30.08.16, от 31.01.2017 № 30); Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.15 № 09-3242; Постановление Главного государственного врача РФ от 28.09.2020 г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Положение о порядке разработки и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ ГБУ ДО города Москвы «Центр творчества «На Вадковском», Устав и Программу развития ГБУ ДО ЦТ «На Вадковском».

Программа разработана в Центре творчества «На Вадковском» и реализуется в структурном подразделении «Россия молодая».

1.2. Уровень освоения программы

Программа соответствует региональным нормативным требованиям, предъявляемым к ***ознакомительному уровню*** освоения дополнительных общеразвивающих программ.

1.3. Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Программа «Физиология и основы медицинских знаний» направлена на получения знаний и умений по сохранению и укреплению здоровья детей, приобщению к здоровому образу жизни.

Актуальность программы заключается в рациональном сочетании теоретических знаний по анатомии и физиологии и практических умений оказания первой помощи.

Кроме того, в современных условиях развития общества проблема здоровья детей является всегда актуальной. Каждый родитель желает, чтобы его ребенок был крепким, сильным, а главное, здоровым. Укрепление здоровья зависит от разных факторов, в том числе и от осознания ребёнком необходимости вести правильный образ жизни, соблюдения норм личной гигиены, потребности в повышении уровня двигательной активности.

Педагогическая целесообразность Программа позволяет в доступной и игровой форме разобраться, как устроен организм человека. В основе Программы лежит ознакомление обучающихся со строением своего организма в соответствии с возрастом, с основами здорового образа жизни через дидактические игры и игровые ситуации.

1.4. Отличительные особенности программы

В основе Программы лежит ознакомление обучающихся со строением своего организма в соответствии с возрастом, с основами здорового образа жизни через дидактические игры и игровые ситуации, подводит детей к самостоятельным выводам о требованиях личной и общественной гигиены, о необходимости охраны собственного здоровья и бережного отношения к своему организму. В ходе занятий дети изучают опорно-двигательный аппарат, кости скелета, внутренние органы и системы органов человека (пищеварительную, кровеносную, выделительную, дыхательную, нервную), их функции и нарушения, вызванные ведением неправильного образа жизни. На практических занятиях приобретают умения оказывать первую помощь при травмах. В содержание каждого занятия включены как вопросы теоретического характера, так и практические вопросы и задания.

1.5. Цель программы

Знакомство детей с основными особенностями строения и функций их собственного организма, формирование представления о взаимосвязи всех систем органов между собой и окружающей средой - живой и неживой природой, а также с социальным окружением и нашим поведением в нем.

1.6. Задачи программы:

Обучающие: формировать осознанное восприятие ребенком значения культурно - гигиенических навыков; понимать то, что вредно и что полезно для организма человека; формировать представления различных органах и жизненно-важных системах организма человека, о травматизме, вредных привычках.

Формирование знаний по анатомии и физиологии человека, знаний и представлений о здоровом образе жизни, правильном питании, закаливании, необходимости соблюдения режима дня и выполнения утренней гимнастики

Развивающие: развивать познавательные способности - основы для успешного обучения в школе; расширять словарный запас воспитанников.

Воспитательные: научить осознанию детьми последствий неправильного отношения к своему здоровью; прививать уважительное отношение к своему собственному организму, к здоровью других людей.

1.7. Категория обучающихся

Программа рассчитана на детей с 7 до 15 лет.

1.8. Срок реализации программы

Программа рассчитана на 2 года.

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий

Форма занятий - групповая

Набор детей в группы осуществляется с учётом норм наполняемости учебной группы: на 1 года – до 15 человек; 2 года – до 12 человек.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

1.10. Планируемые результаты освоения программы:

Обучающиеся должны знать: что изучают науки анатомия, физиология, гигиена ; функции опорно-двигательного аппарата; строение и виды костей; отделы позвоночника, скелет верхних конечностей, скелет нижних конечностей, скелет черепа, строение и значение грудной клетки, строение и функции органов дыхания, пищеварения, кровеносной, нервной и выделительной систем, органов обоняния и осязания. Знать какие бывают заболевания в связи с неправильным образом жизни.

Обучающиеся должны уметь выполнять фиксирующие повязки на различные части тела, накладывать кровоостанавливающий жгут, обрабатывать раны.

Знать правила и уметь выполнять приемы закаливания. Составлять персональное меню и режим питания, распорядок своего дня. Выполнять упражнения для профилактики нарушений осанки.

Развивать ответственное отношение к своему здоровью, положительное отношение к овладению новыми знаниями и саморазвитию, умение работать в коллективе и коммуникативным навыкам.

Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

1 год обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Теория	Практика	Всего	
1.	Комплектование группы	-	2	2	Беседа
2.	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила безопасного поведения в обществе.	1	1	2	Опрос
3.	Что изучают науки Анатомия, Физиология. Остеология - учение о костях.	1	1	2	Опрос
4.	Значение опорно-двигательного аппарата	1	1	2	Опрос Самостоятельная работа
5.	Строение и виды костей	1	1	2	Опрос
6.	Скелет человека	8	10	18	Опрос Проверочная работа
7.	Оказание первой помощи при травмах	4	18	22	Практическая работа
8.	Пищеварительная система	4	6	10	Опрос Практическая работа
9.	Нарушения пищеварения, связанные с неправильным образом жизни	2	8	10	Опрос Игра
10.	Оказание первой помощи при отравлениях	2	4	6	Практическая работа
11.	Сердце и кровеносная система	2	10	12	Игры Упражнения
12.	Оказание первой помощи при кровотечениях	4	6	10	Практическая работа
13.	Органы дыхания	2	8	10	Опрос
14.	Профилактика заболеваний органов дыхания	2	6	8	Практическая работа
15.	Выделительная система	2	8	10	Опрос
16.	Профилактика нарушений работы органов выделения	2	6	8	Практическая работа
17.	Органы осязания и обоняния у человека	4	4	8	Опрос
18.	Оказание первой помощи при ожогах и обморожении	2	6	8	Практическая работа

19.	Итоговое занятие	1	1	2	Открытое занятие
	Итого:	**45**	**107**	**152**	

2.2. Содержание учебного плана

1 год обучения

1.Комплектование группы

Практика Набор в группу, собеседование с родителями и детьми.

2.Вводное занятие. Техника безопасности. Правила безопасности поведения в обществе.

Теория Правила поведения на занятиях, в общественных местах и на улице. Правила организации места занятий, оборудование, инвентарь. Правила пожарной безопасности. Правила эвакуации.

Практика Беседа о безопасном поведении в обществе.

3.Что изучают науки Анатомия, Физиология. Остеология - учение о костях.

Теория Место человека в системе органического мира. Содержании и методы анатомии, физиологии и гигиены человека, значение и связи между ними. Анатомия изучает внешнее строение человека и его внутренние органы. Физиология - наука о функционировании живого организма.

Практика

4.Значение опорно-двигательного аппарата.

Терия Функции: опора, движение, защита внутренних органов.

Практика

5.Строение и виды костей.

Теория Диафиз, эпифиз, надкостница, компактное вещество, губчатое вещество, красный костный мозг. Участие костей в кроветворении и хранении минеральных веществ. Трубчатые кости, губчатые кости, смешанные кости.

Практика

6.Скелет человека.

Теория Количество костей в скелете человека. Функции скелета. Отделы позвоночника, строение грудной клетки, кости черепа, строение пояса верхних конечностей, свободные верхние конечности, строение пояса нижних конечностей, свободные нижние конечности.

Практика

7.Оказание первой помощи при травмах.

Теория Понятие Дисмургия. Оказание первой помощи при ушибах. Наложение фиксирующих повязок на различные части тела.

Практика

8.Пищеварительная система.

Теория Строение. Функции каждого отдела пищеварительной системы.

Практика

9.Нарушения пищеварения, связанные с неправильным образом жизни.

Теория Понятие рацион питания. Гигиена полости рта. Заболевания «Грязных рук». Полезная и вредная пища. Диетическое питание. Игра «Овощи и фрукты».

Практика

10.Оказание первой помощи при отравлениях

Терия Симптомы отравления и оказание первой помощи при отравлениях. Игра «Съедобное-не съедобное». Игра «Ягоды, грибы».

Практика

11.Сердце и кровеносная система.

Теория Строение и работа сердца. Кровеносные сосуды. Венозная и артериальная кровь. Заболевания, связанные с неправильным образом жизни. Значение физической нагрузки.

Практика

12.Оказание первой помощи при кровотечениях.

Теория Виды кровотечений. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Обработка ран.

Практика

13.Органы дыхания.

Теория Строение и работа дыхательной системы. Нарушения работы органов дыхания, связанные с неправильным образом жизни. Влияние физической нагрузки на работу органов дыхания.

Практика

14.Профилактика заболеваний органов дыхания.

Терия Значение закаливания. Виды и правила закаливания. Гигиена органов дыхания.

Практика

15.Выделительная система.

Теория Строение и работа выделительной системы. Нарушения работы органов выделения, связанные с неправильным образом жизни. Влияние физической нагрузки на работу органов выделения.

Практика

16.Профилактика нарушений работы органов выделения.

Теория Питьевой режим.

Практика

17.Органы осязания и обоняния у человека.

Теория Строение органов осязания и обоняния. Понятия вкус и запах. Условные и безусловные рефлексы. Профилактика кожных заболеваний.

Практика

18.Оказание первой помощи при ожогах и обморожениях.

Теория Обработка поврежденных участков и наложение стерильных повязок.

Практика

19.Итоговое занятие.

Теория Проверка теоретических знаний и практических навыков по всем пройденным темам.

Практика

2.3.УЧЕБНЫЙ ПЛАН

2 год обучения

№ п/п	Тема	Кол-во часов			Формы аттестации (контроля)
		Теория	Практика	Всего часов	
1.	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила безопасного поведения в обществе.	1	1	2	Опрос
2.	История возникновения и развития наук анатомии и физиологии.	2	2	4	Опрос
3.	Значение опорно-двигательного аппарата. Миология-учение о мышцах.	2	10	12	Опрос, практическая работа
4.	Строение и виды костей. Рост костей в длину и ширину.	2	8	10	Опрос
5.	Скелет человека.	2	8	10	Опрос, Практическая работа
6.	Оказание первой помощи при травмах	4	12	16	Практическая работа
7.	Пищеварительная система. Сравнительная характеристика органов пищеварения человека и животных.	4	10	14	Опрос, Практическая работа
8.	Нарушения пищеварения, связанные с неправильным образом жизни.	2	8	10	Практическая работа
9.	Органы зрения. Нарушения, связанные с неправильным образом жизни.	6	10	16	Опрос, Практическая работа

10.	Сердце и кровеносная система	4	6	10	Опрос, Практическая работа
11.	Оказание первой помощи при кровотечениях	2	6	8	Практическая работа
12.	Органы слуха. Нарушения, связанные с неправильным образом жизни.	6	14	20	Опрос, Практическая работа
13.	Нервная система.	6	12	18	Опрос, игры, упражнения
14.	Итоговое занятие	1	1	2	Открытое занятие
	Итого:	**44**	**108**	**152**	

2.4. Содержание учебного плана

2 год обучения

1. **Вводное занятие. Техника безопасности. Правила безопасности поведения в обществе.**

Теория Правила поведения на занятиях, в общественных местах и на улице. Правила организации места занятий, оборудование, инвентарь. Правила пожарной безопасности. Правила эвакуации.

Практика Беседа о безопасном поведении в обществе.

2. **История возникновения и развития наук анатомии и физиологии.**

Терия

Практика

3. **Значение опорно-двигательного аппарата. Миология-учение о мышцах.**

Теория Функции опорно-двигательного аппарата : опора, движение, защита внутренних органов. Строение и виды мышц.

Практика

4. **Строение и виды костей. Рост костей в длину и ширину**.

Терия Диафиз, эпифиз**,** надкостница, компактное вещество, губчатое вещество, красный костный мозг. Участие костей в кроветворении и хранении минеральных веществ. Трубчатые кости, губчатые кости, смешанные кости.

Практика

5. **Скелет человека.**

Теория Количество костей в скелете человека. Функции скелета. Отделы позвоночника, строение грудной клетки, кости черепа, строение пояса верхних конечностей, свободные верхние конечности, 8 костей запястья, строение пояса нижних конечностей (повздошные, седалищные и лобковые кости), свободные нижние конечности, 7 костей предплюсны.

Практика

6. **Оказание первой помощи при травмах**

Теория .Понятие Дисмургия. Оказание первой помощи при ушибах. Наложение фиксирующих повязок на различные части тела. Транспортировка пострадавшего.

Практика

7. **Пищеварительная система. Сравнительная характеристика органов пищеварения человека и животных.**

Теория Строение. Функции каждого отдела пищеварительной системы. Составление сравнительных характеристик пищеварительных систем различных животных (рыб, птиц, млекопитающих) и человека.

Практика

8. **Нарушения пищеварения, связанные с неправильным образом жизни.**

Теория Понятие рацион питания. Гигиена полости рта. Заболевания «Грязных рук». Полезная и вредная пища. Диетическое питание. Игра «Фастфуд». Игра «Вкусный салатик».

Практика

9. **Органы зрения. Нарушения, связанные с неправильным образом жизни.**

Теория Строение органов зрения. Функция сетчатки глаза, хрусталика, клеток палочек и колбочек. Нарушения, связанные с неправильным образом жизни. Гигиена и профилактика заболеваний органов зрения.

Практика

10. **Сердце и кровеносная система.**

Теория Строение и работа сердца. Кровеносные сосуды. Венозная и артериальная кровь.
Заболевания, связанные с неправильным образом жизни. Значение физической нагрузки.
Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.

Практика

11. **Оказание первой помощи при кровотечениях.**

Теория Виды кровотечений. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Обработка ран.

Практика

12. **Органы слуха. Нарушения, связанные с неправильным образом жизни.**

Теория Внешнее и внутреннее строение органов слуха. Функции барабанной перепонки, слуховых косточек, вестибулярного аппарата. Нарушения, связанные с неправильным образом жизни. Профилактика заболеваний.

Практика

13. **Нервная система**.

Теория Центральная и периферическая, соматическая и вегетативная. Нарушения, связанные с неправильным образом жизни. Профилактика заболеваний.

Практика

14. Итоговое занятие.

Теория Проверка теоретических знаний и практических навыков по всем пройденным темам.

Практика

Раздел 3. Формы контроля и оценочные материалы

Способами проверки уровня овладения детьми полученных знаний, умений, навыков являются: ответы на вопросы, выполнение учебных заданий, демонстрация практических навыков наложения медицинских повязок, жгута, обработка ран и т.д. Подведение итогов реализации программы осуществляется через проведение обобщающих и открытых занятий, участие в командных играх, олимпиадах.

Критерии оценки достижений учащихся

Для фиксации результатов обучения оформляется «Мониторинг уровня освоения общеразвивающей программы» на каждого учащегося с баллами, позволяющий систематически наблюдать за успешностью обучения, выявлять слабые стороны в развитии учащихся, своевременно их устранять и эффективно выстраивать последующие занятия.

При подведении итогов реализации образовательной программы целесообразно применять следующие формы:

- Устный опрос.
- Практическая работа.
- Творческая работа.
- Квест-игра.
- Мозговой штурм.
- Игра – викторина.

Оценка качества освоения детьми содержания программы дополнительного образования носит индивидуальный, динамический характер

– оценивается уровень полученных знаний и умений, приобретенных в течении учебного года качеств каждого ребенка в процессе обучения. Два раза в год (в начале и в конце года) проводится поэтапный контроль. Стартовый контроль проводится перед началом обучения, его цель-определение уровня подготовки в начале цикла, прогнозируя возможности успешного обучения. Итоговый контроль проводится в конце каждого учебного года.

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Обучающие плакаты, схемы, таблицы.

Медиа-презентации по темам.

Коллекция познавательных мультфильмов по темам.

Оборудование для опытов и экспериментов.

Картотека игр с элементами закаливания.

Оснащение для сюжетно-ролевой игры «На приеме у стоматолога»

Технические средства обучения Ноутбук. Проектор. Экран

4.2. Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы

На успешность усвоения учебного материала влияет не только его содержание , но также форма подачи, которая способна вызвать заинтересованность детей и познавательную активность.

Большинство заданий и упражнений носят практический, наглядный и игровой характер. Значительное место в работе занимают упражнения, передающие воображаемые действия , при выполнении которых детям приходится активизировать свою зрительную память, наблюдательность, воображение.

Особое внимание уделяется наглядному оформлению занятия. Оно должно быть разнообразным и качественным.

Важное место занимает просмотр видеоматериалов, в которых подробно описывается и наглядно демонстрируется техника наложения фиксирующих повязок, правила оказания первой помощи при травмах и т.д.

Интернет ресурсы:

1. https://globallab.org/ru/project/cover/zdorove_i_muzyka.ru.html#.VZZcPlKqBad. «Влияет ли музыка на здоровье?».
2. https://globallab.org/ru/project/inquiry/koroleva_zubnaja_shyotka.ru.html#.VZZc31KqBac. «Королева зубная щётка»
3. https://globallab.org/ru/project/cover/khoroshie_i_plokhie_slova_v_zhizni_ljudei.ru.html#.VZZeUlKqBac «Хорошие и плохие слова в жизни людей»
4. «Бактерии:за и против» https://globallab.org/ru/project/cover/bakterii_za_i_protiv.ru.html#.VZZeBVKqBac
5. «Хорошая ли у вас осанка?» https://globallab.org/ru/project/cover/horoshaja_li_u_vas_osanka.ru.html#.VZaJHlKqBac

Список литературы:

1. А.Г. Хрипкова, Д.В. Колесов, В.С. Миронов, И.Н. Шепило «Физиология человека». Учебное пособие по факультативному курсу для учащихся. М.: Просвещение. 1982.
2. Л.Г. Воронин, Р.Д. Маш «Методика проведения опытов и наблюдений по анатомии, физиологии и гигиене человека». Москва «Просвещение». 1983.
3. Л.Г. Петерсон., М.А. Кубышева. Типология уроков деятельностной направленности в образовательной системе «Школа 2000…» – М., 2008.
4. Н.В. Борисова «Дидактические материалы по естествознанию». 6 класс. «Клио». Чебоксары. 1997
5. Иванова О. Книга для детей «Моя первая анатомия».Изд.:БимБиМон. 2021г., 10с. ISBN
6. Брандл Х. «Тело человека. Инфографика» Изд.: Феникс-Премьер,2020 г. ISBN: 978-5-222-31493-7
7. Дейниз К. «Открой тайны человека» книга для углубленного изучения анатомии детьми 6-10 лет. Изд.: «Робинс», 2019г. ISBN 978-5-4366-0089-5
8. Дыбова Л.Н., Макгиева Е.В. «Создание здоровьесохраняющей системы работы в ДОУ». Изд.: Ярославль, 2009г.
9. Клейборн “Человек” (энциклопедия), Москва, “РОСМЭН”, 2008 год.
10. Прати Э. «Тело человека» (энциклопедия), Изд.: Москва, «Махаон»,2006 год.
11. Сапин М. Р., Сивоглазов В. И. «Анатомия и физиология человека с возрастными особенностями детского организма» М. : Академия, 2019 г.
12. . Фарндон Дж. Большое путешествие по телу человека. /Под ред.Фарндон Дж. Изд.: Лабиринт, 2020 г
13. Шорыгина Т. А. «Беседы о здоровье: Методическое пособие» - М. ; ТЦ Сфера, 2018.