



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС «АЛГОРИТМ УСПЕХА» БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

СОГЛАСОВАНО
Педагогическим советом
ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха»

Протокол № 1
от «31» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО
Директором ОГАОУ
ОК «Алгоритм Успеха»
Тяпугиной И.В.

Приказ от «31» августа 2023г. №275-ОД

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
среднего общего образования
внеурочной деятельности
кружка «Профилактическая медицина и гигиена»
для 10 – 11 классов

Направление развития личности: общеинтеллектуальное

Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Полякова И.В.,
учитель химии

п. Дубовое
2023 год

Рабочая программа курса внеурочной деятельности для 10 – 11 классов «Профилактическая медицина и гигиена» составлена на основе авторской программы «Профилактическая медицина и гигиена»

https://profil.mos.ru/images/GMC/Medicinskij_klass/doc/VD_Profilakticheskaya-medicina-i-gigiena.pdf

Рабочая программа рассчитана на 34 часа в год, или 1 час в неделю, предназначена для учащихся 10 – 11 классов.

Программа составлена в соответствии с рабочей программой воспитания ОГАОУ ОК «Алгоритм Успеха». Важнейшими приоритетами воспитания на уровне среднего общего образования являются:

Создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений:

- к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
- к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне;
- к своему отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать;
- к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека;
- к миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье;
- к знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда;
- к культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение;
- к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
- к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
- к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

Планируемые результаты освоения учебного курса

Личностные:

- стремление к осознанному выбору профессии и построение дальнейшей индивидуальной траектории образования;
- знание основных принципов и правил здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью как собственному, так и других людей.

Метапредметные:

- классифицировать информацию, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы;

- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- понимать причины успеха или неуспеха учебной деятельности и конструктивно оценивать свои действия;
- конструктивно разрешать конфликты, вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений.

Предметные:

- оперировать основными понятиями по изучаемому курсу;
- владеть нормативно-правовой базой, определяющей права и обязанности граждан в области охраны здоровья в Российской Федерации;
- владеть научными методами изучения организма человека;
- делать выводы о физиологических основах здорового образа жизни и сохранения здоровья;
- понимать причины возникновения неинфекционных заболеваний и знать методы их профилактики;
- владеть знаниями об инфекционных заболеваниях, механизмах их распространения, способах и методах профилактики;
- характеризовать и анализировать гигиеническое состояние окружающей среды;
- владеть методиками оценки физического развития и проведения функциональных проб на определение групп здоровья;
- понимать причины возникновения неинфекционных и инфекционных заболеваний и знать механизмы их распространения и методы их профилактики;
- анализировать и интерпретировать имеющуюся информацию по гигиене, направленную на защиту здоровья населения;
- формулировать гигиенические принципы формирования общественного здоровья;
- овладевать методикой разработки программы профилактических и гигиенических мероприятий на основе результатов донозологической диагностики.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Основные понятия, общая характеристика (2 часа)

Здоровье. Факторы, влияющие на здоровье человека: окружающая среда, наследственность, уровень медицинского обеспечения, образ жизни. Понятия «профилактическая медицина» и «профилактика». Виды профилактики. Государственная политика в области охраны здоровья граждан в российской федерации. Гигиена как наука о сохранении и укреплении здоровья, её цели и задачи. Краткая история развития гигиены.

Окружающая среда и её влияние на организм человека. Гигиена окружающей среды (10 часов)

Гигиеническая характеристика окружающей среды. Факторы среды, оказывающие влияние на здоровье человека. Акклиматизация. Биологическое действие инфракрасного излучения, видимого света, ультрафиолетового излучения. Исследование и санитарная оценка радиоволнового инфракрасного и ультрафиолетового излучений. Понятия «средовые болезни» и причины их возникновения, «этиологический фактор заболевания». Гигиена воздушной среды и здоровье человека. Гигиена водной среды и водоснабжения населенных пунктов. Гигиена почвы. Основы рационального природопользования. Гигиеническое исследование комплексного действия на организм человека элементов метеорологического фактора. Гигиеническое исследование реакции организма на

воздействие температуры. Исследование и санитарная оценка магнитных и электрических полей. Методика исследования реакции организма на воздействие статического электрического поля.

Основные показатели физического развития. Группы здоровья (7 часов)

Антропометрия. Оценка физического развития. Определение состояния осанки скрининговым методом. Оценка формы стопы методом плантографии. Индекс массы тела, его определение и интерпретация. Биологический возраст, методы его определения. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы. Группы здоровья. Диспансеризация.

Профилактика неинфекционных заболеваний (7 часов)

Неинфекционные заболевания: определение понятия, общая характеристика. Основные неинфекционные заболевания. Факторы риска развития неинфекционных заболеваний. Здоровый образ жизни, его составляющие. Физическая активность, её влияние на здоровье человека. Закаливание, его виды и основные принципы. Режим труда и отдыха. Утомление и переутомление, их профилактика. Профилактика вредных привычек: курения, алкоголизма, наркомании.

Профилактика инфекционных заболеваний (8 часов)

Эпидемический процесс и его звенья. Противоэпидемические мероприятия, направленные на каждое звено эпидемического процесса. Иммунопрофилактика. Виды вакцин. Национальный календарь профилактических прививок. Календарь профилактических прививок по эпидемическим показаниям.

Список практических работ

1. Исследование и санитарная оценка радиоволнового инфракрасного и ультрафиолетового излучений.
2. Методика исследования и санитарная оценка загрязнения воздуха рабочей зоны пылью, газообразными веществами (СО₂) и микроорганизмами.
3. Гигиена воды и водоснабжения. Способы улучшения качества воды.
4. Методика исследования загрязнения почвы.
5. Гигиеническое исследование реакции организма на воздействие температуры.
6. Методика исследования реакции организма на воздействие статического электрического поля.
7. Антропометрия. Оценка физического развития.
8. Определение состояния осанки скрининговым методом. Оценка формы стопы методом плантографии
9. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы.
10. Составление рациона питания.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№ раздела	Название раздела	Содержание	Количество часов
1	Основные понятия, общая характеристика	Здоровье. Факторы, влияющие на здоровье человека: окружающая среда, наследственность, уровень медицинского обеспечения, образ жизни. Понятия «профилактическая медицина» и «профилактика». Виды профилактики. Государственная политика в области	2 часа

		охраны здоровья граждан в российской федерации. Гигиена как наука о сохранении и укреплении здоровья, её цели и задачи. Краткая история развития гигиены.	
2	Окружающая среда и её влияние на организм человека. Гигиена окружающей среды	Гигиеническая характеристика окружающей среды. Факторы среды, оказывающие влияние на здоровье человека. Акклиматизация. Биологическое действие инфракрасного излучения, видимого света, ультрафиолетового излучения. Исследование и санитарная оценка радиоволнового инфракрасного и ультрафиолетового излучений. Понятия «средовые болезни» и причины их возникновения, «этиологический фактор заболевания». Гигиена воздушной среды и здоровье человека. Гигиена водной среды и водоснабжения населенных пунктов. Гигиена почвы. Основы рационального природопользования. Гигиеническое исследование комплексного действия на организм человека элементов метеорологического фактора. Гигиеническое исследование реакции организма на воздействие температуры. Исследование и санитарная оценка магнитных и электрических полей. Методика исследования реакции организма на воздействие статического электрического поля.	10 часов
3	Основные показатели физического развития. Группы здоровья	Антропометрия. Оценка физического развития. Определение состояния осанки скрининговым методом. Оценка формы стопы методом плантографии. Индекс массы тела, его определение и интерпретация. Биологический возраст, методы его определения. Функциональные пробы сердечно-сосудистой системы. Группы здоровья. Диспансеризация.	7 часов
4	Профилактика неинфекционных заболеваний	Неинфекционные заболевания: определение понятия, общая характеристика. Основные неинфекционные заболевания. Факторы риска развития неинфекционных заболеваний. Здоровый образ жизни, его составляющие. Физическая активность, её влияние на здоровье человека. Закаливание, его виды и основные принципы. Режим труда и отдыха.	7 часов

		Утомление и переутомление, их профилактика. Профилактика вредных привычек: курения, алкоголизма, наркомании.	
5	Профилактика инфекционных заболеваний	Эпидемический процесс и его звенья. Противозидемические мероприятия, направленные на каждое звено эпидемического процесса. Иммунопрофилактика. Виды вакцин. Национальный календарь профилактических прививок. Календарь профилактических прививок по эпидемическим показателям.	8 часов

Формы проведения занятий:

- Лекция
- Семинар
- Круглый стол
- Семинар-практикум
- Практическая работа

Перечень используемого оборудования

1. Регистратор данных
2. Микроскоп демонстрационный стереоскопический
3. Кардиограф
4. Датчик ЭКГ
5. Датчик температуры
6. АПК Система удаленных телемедицинских консультаций
7. Датчик частоты дыхания
8. Датчик влажности
9. Датчик частоты сердечных сокращений (ручной пульсометр)
10. Датчик артериального давления
11. Тонометр медицинский механический
12. Тонометр медицинский электронный
13. Мини-экспресс-лаборатория учебная, 14 показателей с комплектом пополнения
14. Цифровой датчик турбидиметр (мутномер)
15. Цифровой датчик оптической плотности тип 1
16. Цифровой датчик оптической плотности тип 2
17. Цифровой датчик оптической плотности тип 3
18. Цифровой датчик оптической плотности тип 4
19. Цифровой датчик объема жидкого реагента или счетчик капель
20. Цифровой датчик ионов кальция
21. Цифровой датчик хлорид-ионов
22. Цифровой датчик нитрат-ионов
23. Цифровой датчик электрохимического потенциала
24. Вебкамера на подвижном штативе для проецирования демонстрационных лабораторных и практических работ по биологии на экране или интерактивной доске
25. Цифровая лаборатория с комплектом датчиков по экологии
26. Газоанализатор кислорода и токсичных газов с цифровой индикацией показателей
27. Регистратор данных (исследование окружающей среды)

28. Прибор для сравнения содержания углекислого газа во вдыхаемом и выдыхаемом воздухе
29. Датчик силы (ручной динамометр)
30. Модель системы кровообращения
31. Датчик углекислого газа
32. Видеокамера для работы с оптическими приборами цифровая
33. Микроскоп демонстрационный для проецирования демонстрационных лабораторных и практических работ по биологии на экране или интерактивной доске (тринокулярный, план-ахромат)
34. Комплект микропрепаратов по общей биологии (профильный уровень)
35. Набор материалов и реактивов для определения ДНК, включая образцы ДНК и «зеленые маркеры»
36. Набор оборудования для проведения электрофореза ДНК в агарозном геле
37. Комплект микропрепаратов по анатомии (профильный уровень)
38. Комплект микропрепаратов по зоологии (профильный уровень)