

**Учреждение дополнительного образования
«Дом детского творчества»**

**Общеразвивающая программа
дополнительного образования
по здоровьесберегающей направленности
«Ай, болит»**

Возраст обучающихся 10-15 лет

Срок реализации-1 год

Программу разработал педагог ДО

Егорова Л.А.

2019 год

Пояснительная записка

Данная программа составлена в соответствии с Положением о соревнованиях школьных санитарных постов общеобразовательных учреждений.

Занимаясь в кружке «Санитарный пост», обучающийся расширяет и углубляет знания, полученные при изучении базового курса ОБЖ, а также приобретает дополнительные знания, умения и навыки по основам первой помощи при травмах различного характера, полученных как в чрезвычайных ситуациях, так и в быту, по основам гигиены.

Содержание программы имеет особенности, обусловленные, задачами развития, обучения и воспитания обучающихся, социальными требованиями к уровню развития их личностных и познавательных качеств, психологическими возрастными особенностями обучающихся.

Программа определяет пути формирования системы знаний, умений и способов деятельности, развития, воспитания и социализации обучающихся.

Программа содействует сохранению единого образовательного пространства. В результате освоения предметного содержания кружка у обучающихся предполагается формирование универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных), позволяющих достигать предметных, метапредметных и личностных результатов.

- Познавательные: в предлагаемом курсе кружка изучаемые определения и правила становятся основой формирования умений выделять признаки и свойства объектов. В процессе поиска решения у учеников формируются и развиваются основные мыслительные операции (анализа, синтеза, классификации, сравнения, аналогии и т.д.), умения различать разнообразные явления, обосновывать этапы решения учебной задачи, производить анализ и преобразование информации.
- Регулятивные: содержание кружка позволяет развивать и эту группу умений. В процессе работы ребёнок учится самостоятельно определять цель своей деятельности, планировать её, самостоятельно двигаться по заданному плану, оценивать и корректировать полученный результат.
- Коммуникативные: в процессе изучения материала кружка осуществляется знакомство с медицинским языком, формируются речевые умения: дети учатся высказывать суждения с использованием медицинских терминов и понятий, формулировать вопросы и ответы в ходе выполнения задания, доказательства верности или неверности выполненного действия, обосновывают этапы решения учебной задачи.

Кружок предназначен для обучающихся 4-9 классов. Общее количество часов – 36 часов.

Цели данного кружка:

- закрепление знаний, совершенствование медико-санитарной подготовки обучающихся;
- воспитание у обучающихся сознательного отношения к охране своего здоровья и здоровья окружающих, гуманизма и милосердия;
- развитие инициативы, самостоятельности, воспитание организаторских способностей, привлечение обучающихся к гуманитарной деятельности;
- пропаганда здорового образа жизни, профилактика инфекционных заболеваний,
- стимулирование у обучающихся интереса к медицине.

Основные задачи кружка:

- знакомство учащихся с методом научного познания и методами исследования объектов и явлений природы;
- приобретение учащимися знаний об оказании первой медицинской помощи при травмах, несчастных случаях и внезапных заболеваниях, уходе за больными на дому, личной и общественной гигиене, истории Российского общества Красного Креста, лекарственных растениях родного края.
- понимание учащимися отличий научных данных от непроверенной информации, ценности науки для удовлетворения бытовых, производственных и культурных потребностей человека.

Особенности организации учебного процесса

Формы работы разнообразны:

- занятия в учебном классе;
- в зависимости от конкретных целей и задач занятия, дети принимают участие в практической деятельности.

Краткое тематическое содержание кружка

№	Название темы	Кол-во часов
1	Оснащение санитарного поста	2
2	Лекарственные растения	8
3	Личная и общественная гигиена	8
4	Оказание первой помощи	10
5	Уход за больными на дому	3
6	История Российского общества Красного Креста	5
	Итого:	36

Планируемые результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения кружка

Личностные результаты

- развитие любознательности;
- развитие интеллектуальных и творческих способностей обучающихся;
- воспитание ответственного отношения к своему здоровью.

Метапредметные результаты

- овладение способами самоорганизации внеклассной деятельности, что включает в себя умения: ставить цели и планировать деятельность; оценивать собственный вклад в

деятельность группы; проводить самооценку уровня личных достижений;
- формирование приемов работы с информацией, что включает в себя умения: поиска и отбора источников информации; систематизации информации; понимания информации, представленной в различной знаковой форме;
- развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, корректное ведение диалога и участие в дискуссии; участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью.

Предметные результаты

- применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни; для осознанного соблюдения норм и правил безопасного поведения в природной и социоприродной среде; при оказании простейших видов первой медицинской помощи;
- формирование навыков ухода за больными на дому;
- расширение представлений о здоровом образе жизни, овладение простейшими приемами самоконтроля своего физического состояния.

Контроль и оценка планируемых результатов.

Устный опрос, зачет, практические работы.

Основное содержание

Раздел 1. Оснащение санитарного поста

Аптечка санитарного поста, ее содержание и назначение.

Практические работы

Комплектование санитарной сумки.

Раздел 2. Лекарственные растения

Лекарственные растения нашей местности. Подорожник и его лечебные свойства. Черемуха. Пижма. Мать-и-мачеха. Сосна. Брусника. Зверобой. Калина. Береза. Пустырник. Валериана. Земляника. Крапива. Ландыш. Малина. Одуванчик. Черника. Черная смородина. Шиповник. Чистотел. Рябина. Липа. Календула. Ромашка. Съедобные и ядовитые грибы. Правила сбора, сушки и хранения лекарственного сырья. Правила личной гигиены при сборе лекарственных трав. Сроки заготовки лекарственных растений. Культивируемые лекарственные растения. Понятие о «Красной книге».

Раздел 3. Личная и общественная гигиена

Режим питания школьника. Режим дня для учащихся 7-9 классов. Значение соблюдения гигиенических требований и норм для сохранения и укрепления здоровья. Гигиенические требования к учебному помещению и меры их обеспечения. Личная гигиена человека. Природа и здоровье человека. Природа и человек. Алкоголизм и пьянство. Никотиновая зависимость. Наркомания, токсикомания.

Понятие об инфекционных болезнях. Воздушно-капельные инфекции. Глистные заболевания. Вирусный гепатит «А», «В», «С». Педикулёз. Первая помощь при отравлении грибами. Значение профилактических прививок. Понятия об иммунитете. Кишечные инфекции. Туберкулёз. Глистные заболевания. Пищевые отравления. Кишечные инфекции.

Раздел 4. Оказание первой медицинской помощи

Травма. Виды травм. Цели, порядок и время оказания первой медицинской помощи. Средства оказания первой медицинской помощи. Асептика и антисептика. Виды перевязочного материала. Повязка и перевязка. Виды повязок. Правила наложения повязок. Раны, их виды и признаки. Осложнения при ранениях. Травматический шок.

Кровотечения, виды, признаки, способы остановки. Переломы, признаки. Правила наложения шин.

Практические работы

Открытый перелом нижней трети правого бедра с артериальным кровотечением.

Ранение мягких тканей правого бедра.

Открытый перелом костей правой голени.

Закрытый перелом правого плеча.

Открытый перелом 2-3 пястных костей правой кисти.

Ушибы и ссадины правой половины лица.

Ожог 2 степени левой голени и стопы.

Раздел 5. Уход за больными на дому

Наблюдение за дыханием, пульсом. Уход за лихорадящими больными. Постановка

согревающих компрессов. Уход за инфекционными больными. Уход за кожей.

Постановка горчичников, банок. Ингаляции. Смена постельного белья.

Практические работы

Умение накормить и напоить больного.

Смена постельного и нательного белья.

Постановка согревающих компрессов, банок, горчичников, грелок, холодных компрессов.

Раздел 6. История Российского общества Красного Креста

Основатель движения Красного Креста. Крестовоздвиженская община. Создание

Российского общества Красного Креста. Цели и задачи общества Красного Креста.

Эмблема Красного Креста. Международное движение Красного Креста и Красного

Полумесяца. Международная Федерация обществ Красного Креста и Красного

Полумесяца. Основопологающие принципы Красного Креста. Деятельность общества

Красного Креста. Деятельность общества Красного Креста в годы Великой

Отечественной войны. Гуманитарная деятельность общества Красного

Креста. Женевские конвенции.

Календарно-тематическое планирование кружка 36 часов (1 раз в неделю)

Номер урока	Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов учебной деятельности учащихся	План	Факт
Оснащение санитарного поста (2ч.)				
1	Техника безопасности и правила поведения в кабинете. Аптечка санитарного поста, ее содержание и назначение.	Знать содержание и назначение отдельных компонентов аптечки санитарного поста. Уметь комплектовать аптечку. Знать оснащение санитарной сумки		
Практические работы (1ч.)				
2	Комплектование санитарной сумки.			

Лекарственные растения (8ч.)

3	Лекарственные растения нашей местности. Правила сбора, сушки и хранения лекарственного сырья.	Знать основные лекарственные растения нашей местности. Уметь собирать, сушить и использовать лекарственное сырье.		
4	Правила личной гигиены при сборе лекарственных трав. Сроки заготовки лекарственных растений.			
5	Культивируемые лекарственные растения. Понятие о «Красной книге».			
6	Подорожник и его лечебные свойства. Черемуха. Пижма. Мать-и-мачеха. Сосна.			
7	Брусника. Зверобой. Калина. Береза. Пустырник.			
8	Валериана. Земляника. Крапива. Ландыш. Малина.			
9	Одуванчик. Черника. Черная смородина. Шиповник.			
10	Чистотел. Рябина. Липа. Календула. Ромашка.			

Личная и общественная гигиена (8ч.)

11	Режим питания школьника. Режим дня для учащихся.	Уметь составлять режим дня. Соблюдать гигиенические требования. Знать признаки, способы передачи различных инфекционных болезней. Уметь оказывать помощь при пищевых отравлениях. Знать меры профилактики при различных инфекционных заболеваниях.		
12	Значение соблюдения гигиенических требований и норм для сохранения и укрепления здоровья. Гигиенические требования к учебному помещению и меры их обеспечения.			
13	Личная гигиена человека. Природа и здоровье человека. Природа и человек.			
14	Алкоголизм и пьянство. Никотиновая зависимость. Наркомания, токсикомания.			
15	Понятие об инфекционных болезнях. Воздушно-капельные инфекции.			
16	Глистные заболевания. Вирусный гепатит «А», «В», «С». Педикулёз.			
17	Значение профилактических прививок. Понятия об иммунитете.			
18	Туберкулёз. Кишечные инфекции. Пищевые			

	отравления.			
Оказание первой помощи (10 ч.)				
19	Травма. Виды травм.	Знать признаки различных повреждений. Уметь определять последовательность оказания первой помощи. Уметь оказывать первую медицинскую помощь при различных видах повреждений. Правильно применять кровоостанавливающий жгут, шины.		
20	Цели, порядок и время оказания первой медицинской помощи. Средства оказания первой медицинской помощи.			
21	Асептика и антисептика. Виды перевязочного материала. Повязка и перевязка.			
22	Виды повязок. Правила наложения повязок.			
23	Раны, их виды и признаки. Осложнения при ранениях.			
24	Травматический шок.			
25	Кровотечения, виды, признаки, способы остановки.			
26	Переломы, признаки. Правила наложения шин.			
Практические работы (2ч.)				
27	Открытый перелом нижней трети правого бедра с артериальным кровотечением. Ранение мягких тканей правого бедра. Открытый перелом костей правой голени.	Находить и выбирать алгоритм оказания первой помощи. Действовать самостоятельно при оказании первой помощи.		
28	Закрытый перелом правого плеча. Открытый перелом 2-3 пястных костей правой кисти. Ушибы и ссадины правой половины лица.			
Уход за больными на дому (3 ч.)				
29	Уход за лихорадящими больными. Наблюдение за дыханием, пульсом.	Уметь менять постельное и нательное белье больному. Уметь напоить, накормить больного. Уметь ставить компрессы, банки, горчичники, осуществлять гигиенические манипуляции по уходу за тяжелобольными.		

30	Постановка согревающих компрессов. Постановка горчичников, банок. Ингаляции. Уход за кожей.			
31	Уход за инфекционными больными. Смена постельного белья. Умение накормить и напоить больного.			
История Российского общества Красного Креста (5ч.)				
32	Основатель движения Красного Креста. Крестовоздвиженская община.	Знать историю возникновения, развития Российского общества Красного Креста, основополагающие принципы Красного Креста.		
33	Создание Российского общества Красного Креста. Цели и задачи общества Красного Креста.			
34	Эмблема Красного Креста. Международное движение Красного Креста и Красного Полумесяца.			
35	Международная Федерация обществ Красного Креста и Красного Полумесяца. Основополагающие принципы Красного Креста. Деятельность общества Красного Креста.			
36	Деятельность общества Красного Креста в годы Великой Отечественной войны. Гуманитарная деятельность общества Красного Креста. Женевские конвенции.			

Список литературы:

1. Положение о соревнованиях школьных санитарных постов общеобразовательных учреждений.
2. В.Г.Бубнов, Н.В.Бубнова «Основы медицинских знаний» М.:ООО «Издательство АСТ» : ООО «Издательство Астрель», 2004г.
3. В.Н.Завьялов, М.И.Гоголев, В.С.Мордвинов «Медико-санитарная подготовка учащихся» М.: Просвещение, 1986г.
4. З. Ладынина Е.А. «Лекарственные растения в медицине и в быту». Москва, «Астрель-АСТ», 2002г.
5. Б.И.Мишин «Настольная книга учителя ОБЖ» М.: ООО «Издательство АСТ» : ООО «Издательство Астрель», 2003г.
6. Стандарты второго поколения. Примерные программы по учебным предметам. Естествознание 5 класс. М.: «Просвещение», 2010.

