

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 77» городского округа Самара

«Рассмотрено»
на заседании МО учителей
метод. кабинет физика
Протокол № *1*
от «*24*» *августа* 2021 г.
Председатель МО
Пудалева Н.В. пр.

«Проверено»
Зам. директора по УВР
В.В. Макарова В.В.
«*25*» *августа* 2021 г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ Школы №77
г.о. Самара
Вороноцов А.Г.
Приказ № *188*
от «*26*» *августа* 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
предпрофильного курса «За здоровый образ жизни»
наименование
9 класс

Учитель Зольникова Ю.В.

Самара, 2021

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

1. Дать возможность реализовать свой интерес к естественно – научному профилю и определить направление предпрофильной подготовки.
2. Усвоение материала по предпрофильному курсу обучения.
3. Создание условий для подготовки к экзаменам по выбору.
4. Проявление самостоятельности взглядов, позиций, суждений о процессе и результате деятельности.

Содержание учебного материала

1.Водные занятия.

Цели и задачи курса. Знакомство с планом работы.

Значения данного курса. Мотивация к обучению.

2. История медицины. Методы изучения организма.

Медицина с Античных времён до наших дней (Гиппократ, У.Гарвей, Л. Пастер, Авиценна, И.М. Сеченов, И.П. Пирогов, С.П. Боткин, Н.В. Склифосовский, Н.А. Семашко, Н.П. Филатов, А.А. Вишневский, Н. Н.Бурденко).

Основополагающие открытия в медицине. Принципы и цели здравоохранения. Успехи Российского здравоохранения.

3. Современная медицина.

Научная, лечебная, профилактическая медицина.

Медицинские учреждения: Медпункты, поликлиники, больницы, клиники.

Отрасли современной медицины: терапия, хирургия.

Медицинская инженерия: рентген, УЗИ, томограф, эндоскопия, кардиографы, тонометры, фонендоскопы.

Традиционная и нетрадиционная медицина. Гомеопатия, аллопатия и гирудотерапия. Последние достижения медицины.

4. Медицинские профессии.

Профессии: массовые, узкие специалисты. Уровень образования и квалификации.

Среднее и высшее образование. Учебные заведения и особенности приёмов в них. Профессиональные ограничения и профзаболевания.

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА: Экскурсия

5. Организм как целостная система.

Понятие о норме и патологии. Организм - самостоятельно существующая единица органического мира, представляющая собой саморегулирующуюся систему, регулируемую как единое целое на различные изменения внешней среды. Неразрывная связь организма с окружающей средой - основное условие существования организма. Многообразие форм существования различных организмов с окружающей средой. Гомеостаз.

Патология - одна из древнейших наук, изучающая болезнь, ее сущность и закономерность развития. Деление её, на общую и частную.

Ведущая роль патологии в системе медицинских наук. Определение С.П. Боткиным и А.А. Остроумовым болезни как нарушения взаимоотношения между организмом и внешней средой.

5. Медицинская этика.

Клятва Гиппократы. Сохранение медицинской тайны. Взаимные обязательства врача и пациента. Ответственность врача. Лечение медицинским словом. Общение врача и пациента. лечения. Эффект плацебо. Этика профессиональных деловых отношений.

Психологические особенности медицинских профессий. Эмпатия. Юридические аспекты Криминальная медицина. Принятые запреты. Отношения к гонорарам и дополнительным видам доходов медицинских работников.

7. Поведение заболевшего и заболевшего человека. Установление себе щадящего режима, самонаблюдение, обращение к врачу с сообщением ему симптомов плохого самочувствия, нездоровья. Выполнение всех предписаний врача: прием лекарств, проведение процедур, составление карт температуры, кровяного давления, пульса, выделений...

Правила личной безопасности: проветривание, влажная уборка, отдельная посуда и личные вещи, дезинфекция подручными вещами и др. Ознакомление с листовкой с целью выяснения: условий приема, возможных противопоказаний, и побочных явлений. Правила хранения лекарственных препаратов в доме. Производственный и бытовой травматизм. Оказание доврачебной помощи.

8. Здоровый образ жизни. Жизненные ресурсы человека. Причины сокращения жизни. Возрастные нормы здоровья. Способы проверки состояния здоровья. Профилактика заболевания. Традиционная и нетрадиционная медицина. Состояние окружающей среды и здоровья человека.

9. Самоконтроль развития организма.

Антропометрические изменения массы и длины тела, выявление соотношений между частями тела, определение осанки.

10. Боль - защитная реакция организма. Методы обезболивания. Боль как сигнал об опасности, влияние боли на физиологические процессы организма. Боль этиологический фактор травматического шока. Различная чувствительность органов тела к боли. Болевое восприятие. Индивидуальное восприятие чувства боли. Пониженная и повышенная чувствительность к боли. Болевое восприятие. Эмоциональное восприятие боли. Тормозное влияние длительной боли на деятельность центральной нервной системы. Роль психического состояния в процессе восприятия боли. Боль над контролем сознания. Преодоление боли. Победа человека над болью (подвиги людей под пытками). Обезболивание и наркоз. Наркоз как метод лечения. Открытие наркоз Карлом Джексоном в 1846г. Пирогов Н.И. основоположник метода общего обезболивания, разработка метода прямокишечного наркоза (эфирномаслянная клизма)

Обнаружение болевых точек руки. Роль холода и тепла на болевые ощущения.

11. Сохранение здоровья

Правильные режимы сна и бодрствования, работы и отдыха; питание. Способы борьбы с гиподинамией. Переедание, голодание, табакокурение, потребление наркотиков, алкоголя, факторы сокращения жизненных ресурсов. Опасность самолечения

ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА:

Оказание первичной помощи при травмах ОДС. Разработка и защита программ по сохранению жизненных ресурсов.

12. Личная гигиена.

Тренировка тела, закаливание. Режим дня. Правила личной гигиены. Необходимость закаливания. Выяснение моющих свойств мыла. Питьевой и пищевой режим в условиях жаркого климата. Режим питья в жаркое время.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п п/п	Наименование тем	Всего	в том числе	
			теории	практика
1.	Вводное занятие.	1	1	
2.	История медицины и методы организма.	1	1	
3.	Современная медицина.	1	1	
4.	Медицинские профессии.	1	1	
5.	Организм как целостная система. Понятие о норме и патологии.	1	1	
6.	Медицинская этика. Клятва Гиппократа.	1	1	
7.	Поведение заболевшего и заболевшего человека.	1	1	
8.	Здоровый образ жизни.	1	1	
9.	Самоконтроль развития организма.	1	1	
10.	Боль - защитная реакция	1	1	
11-16	Сохранение здоровья: - Оказание доврачебной помощи при переломах костей, и при растяжениях. - Защитные функции крови. Воспаления. - Оказания первой помощи при кровотечении. - Гигиена воздуха. Заболевания дыхания. - Гигиена питания. Пищевые отравления. - Факторы сокращения жизненных ресурсов.	2 1 1 1 1	1 1 1 1	1 ^
17	Личная гигиена. Тренировка тела, закаливание.	1	1	

Итого	17	25	9
-------	----	----	---