



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 253
Приморского района Санкт-Петербурга
имени капитана 1-го ранга П.И. Державина**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБОУ школы № 253
Приморского района Санкт-Петербурга
им. капитана 1-го ранга П.И. Державина
Протокол №1 от 31.08.2021

УТВЕРЖДЕНА

Директором ГБОУ школы № 253
Приморского района Санкт-Петербурга
им. капитана 1-го ранга П.И. Державина
приказ №231-од от 31.08.2021

_____ /Н.А. Фурсова/

**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Лаборатория Архимед: медицинский клуб»
для учащихся 7 - х классов**

Санкт-Петербург
2021

Введение

Рабочая программа внеурочной деятельности «**Лаборатория Архимед: медицинский клуб**» составлена на основе нормативных документов:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования.
2. План внеурочной деятельности Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 253 Приморского района Санкт-Петербурга имени капитана 1-го ранга П. И. Державина на 2021/2022 учебный год.

Предлагаемая программа является комплексной по содержанию деятельности и ориентирована на достижение результатов трех уровней¹:

<i>1 уровень «репродуктивный»</i>	<i>2 уровень «деятельностный»</i>	<i>3 уровень «экспериментальный, поисковый»</i>
<i>1.</i> приобретение школьником знаний о природе; об экологической этике; о месте человека в природе; о правилах конструктивной группой работы; о способах самостоятельного поиска и нахождения информации в справочной литературе. Достижение результатов планируется через общение учеников с учителем. А именно: беседы, помощь учителя ученику при постановке опыта, проведении практических и	<i>2.</i> развитие ценностных отношений школьников к природе родного края; к культуре, знаниям, людям иной этнической или культурной принадлежности. Достижение результатов планируется через общественный смотр знаний и достижений учеников – выступление по радио школы, публикация проектов в школьной газете.	приобретение школьниками опыта исследовательской деятельности; опыта публичного выступления по вопросам своего исследования; опыта делать выводы и заключения, объяснять, защищать свои идеи; опыта умения слушать и вступать в диалог; опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими детьми. Достижение результатов планируется осуществить через детские исследовательские проекты, с которыми ученики выступают на ежегодной

¹ На основе Методических рекомендаций по организации внеурочной деятельности Электронный ресурс: http://xn----7sbbadedzpm9anhgcdxi1ct.xn--p1ai/tinybrowser/files/metogu4eckuu-ka6/mp/mp_no_opr_bheypo4hou_ge9itejibhoctu.pdf

лабораторных работ, обсуждение с учителем результатов поиска информации.		внутришкольной конференции «Эврика».
--	--	--------------------------------------

Особенности реализации программы

Деятельность школьников при освоении программы «**Лаборатория Архимед: медицинский клуб**» имеет отличительные особенности:

- практическая направленность, которая определяет специфику содержания и возрастные особенности детей;
- групповой характер работ будет способствовать формированию коммуникативных умений, таких как умение распределять обязанности в группе, аргументировать свою точку зрения и др.;
- работа с различными источниками информации обеспечивает формирование информационной компетентности, связанной с поиском, анализом, оценкой информации;
- реализует задачу выявления творческих способностей, склонностей и одаренностей к различным видам деятельности посредством вовлечения их в проектную деятельность.

Программа рассчитана на 34 часа. Программа предназначена для проведения занятий с учащимися младшего подросткового возраста 9-12 лет.

С целью популяризации здорового образа жизни рекомендовано посещение учебных экскурсионных занятий в Музее гигиены. Выставочная коллекция и экспозиционные материалы расширят знания учащихся о культуре и важности выбора здорового образа жизни. Ведение дневников здоровья для учащихся является обязательным.

Цель программы: формирование у школьников сознательного и ответственного отношения к сохранению и укреплению здоровья на основе принципов здорового образа жизни.

Задачи программы:

1. Заинтересовать и направить учащихся на ведение здорового образа жизни.
2. Познакомить учеников со строением и основными функциями человеческого организма.
3. Познакомить учащихся с различными видами травм и неотложных состояний.
4. Научить приемам оказания первой доврачебной помощи при закрытых и открытых травмах
5. Сформировать тактику поведения в стрессовой ситуации, способствующую сохранению жизни и здоровья, воспитание бережного отношения собственному здоровью.

Программа «**Лаборатория Архимед: медицинский клуб**» рассчитана на 1 год, из расчета 1 час в неделю.

Результаты программы внеурочной деятельности «Лаборатория Архимед: медицинский клуб» представлены через личностные и метапредметные результаты:

Личностные:

1. формирование ответственного отношения к учению, труду;
2. формирование целостного мировоззрения;
3. формирование осознанности и уважительного отношения к коллегам, другим людям;
4. формирование коммуникативной компетенции в общении с коллегами;
5. формирование основ культуры здорового образа жизни.

Метапредметные:

1. планировать собственную учебную деятельность как самостоятельно, так и под руководством учителя;

2. участвовать в совместной деятельности (работа в малых группах);
3. работать в соответствии с поставленной задачей, планом;
4. выделять главные и существенные признаки понятий;
5. составлять описание объектов;
6. осуществлять поиск и отбор информации в дополнительных источниках;
7. оценивать свою работу и деятельность одноклассников.

Познавательные:

Учащиеся получают возможность научиться:

1. Овладеют приёмам рациональной организации труда и отдыха;
2. Дети получили знания о здоровье, о факторах его формирующих, укрепляющих и разрушающих.
3. Ребята научились вести здоровый образ жизни.
4. Дети соблюдали правила личной гигиены, были опрятными и аккуратными, поддерживали чистоту и порядок.
5. Любили зарядку, выполняли с удовольствием любые физические упражнения, направленные на укрепление и сохранение здоровья.
6. Умели сделать правильный выбор в питании.
7. Стремилась соблюдать режим дня.
8. Не поддавались пагубным привычкам.

Коммуникативные:

- оформлять свои мысли в устной и письменной форме с учётом речевой ситуации;
- высказывать и обосновывать свою точку зрения;
- слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- задавать вопросы.

Виды деятельности:

- Познавательная деятельность;
- Проблемно – ценностное общение;
- Общественно-полезная деятельность.

При проведении занятий традиционно используются **три формы**

работы:

- демонстрационная, когда обучающиеся слушают объяснения учителя и наблюдают за демонстрационным экраном или экранами компьютеров на ученических рабочих местах;
- фронтальная, когда обучающиеся синхронно работают под управлением педагога;
- самостоятельная, когда обучающиеся выполняют проектные задания в режиме самостоятельной работы.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Темы	Количество часов		
		Всего	Теоретическое обучение	Практическое обучение
1.	Введение. Инструктаж по ТБ. Понятие о здоровье. Оформление дневника здоровья. Антропометрические показатели.	1		
2.	Гигиена труда и отдыха. Режим дня школьника. Гигиена умственного труда. Как лучше готовить уроки. Приёмы повышения продуктивности работы и уменьшения утомляемости.	1		
3.	Общий обзор организма человека. Значение физических нагрузок для укрепления здоровья. Утренняя зарядка, её значение.	1		
4.	Органы чувств, их значение для человека. Понятие о строении глаза. Гигиена зрения. Зрительная гимнастика	1		

	и упражнения на развитие зрительной памяти.			
5.	Понятие о строении слуха. Гигиена слуха. Вредные влияния шума на здоровье.	1		
6.	Вестибулярный аппарат. Кожно-мышечная чувствительность.	1		
7.	Гигиена полости рта. Строение зубов, заболевания.	1		
8.	Режим питания школьника. Нормы питания. Охрана и укрепление здоровья во время осенних каникул. Подведение итогов.	1		
9.	Крупнейшие ученые и научные достижения в области медицины. Органы пищеварительной системы и её функции.	1		
10.	Профилактика заболеваний пищеварительной системы.	1		
11.	Водорастворимые витамины.	1		
12.	Крупнейшие ученые и научные достижения в области медицины. Жирорастворимые витамины.	1		
13.	Костно-мышечный скелет человека.	1		

	Первая помощь при переломах, растяжениях, ушибах.			
14.	Мышечная система. Основные группы мышц. Охрана и укрепление здоровья во время зимних каникул. Подведение итогов.	1		
15.	Крупнейшие ученые и научные достижения в области медицины. Профилактика нарушения осанки и плоскостопия.	1		
16.	Дыхательная система и ее функции.	2		
17.	Заболевания дыхательной системы и их профилактика.	1		
18.	Крупнейшие ученые и научные достижения в области медицины. Простудно-инфекционные заболевания, туберкулез. Комплекс упражнений дыхательной гимнастики.	1		
19.	Сердечно-сосудистая система и ее функции.	1		

20.	Кровотечения. Виды кровотечений, способы их остановки. Наложение давящей повязки, закрутки, жгута.	1		
21.	Мочевыделительная система и её функции.	1		
22.	Крупнейшие ученые и научные достижения в области медицины. Иммунитет.	1		
23.	Кожа, её строение, понятие о функциях кожи. Заболевания кожи.	1		
24.	Эндокринная система и ее функции. Охрана и укрепление здоровья во время весенних каникул. Подведение итогов.	1		
25.	Крупнейшие ученые и научные достижения в области медицины. Центральная нервная система.	1		
26.	Понятие об эмоциях. Умение владеть собой. Характер человека. Типы темпераментов	1		

27.	Крупнейшие ученые и научные достижения в области медицины.	2		
28.	Укусы животных, насекомых, змей. Отравления ядовитыми растениями, грибами.	2		
29.	Укусы животных, насекомых, змей. Отравления ядовитыми растениями, грибами. Охрана и укрепление здоровья во время летних каникул. Подведение итогов года.	2		
	Резервное время - 2 часа			
	Итого	34		

Содержание курса и тем

1. **Введение.** Сущность понятий «здоровье», «здоровый образ жизни», «болезнь». Гигиена как наука.

2. Гигиена труда и отдыха

Режим дня школьника. Практическое занятие. Составление примерного режима дня. Гигиена умственного труда. Значение чередования различных видов деятельности. Значение отдыха, физических упражнений, физкультминуток. Как лучше готовить уроки. Приемы повышения продуктивности работы и уменьшения утомляемости. Как укрепить память. Приемы запоминания. Роль опор и повторения. Значение физических нагрузок для укрепления здоровья. Пагубные последствия гиподинамии. Утренняя зарядка и физкультура, их значение для укрепления здоровья, для получения положительных эмоций и приобретения необходимых моральных качеств. Сон, его значение для

сохранения здоровья. Гигиена сна. Отдых, его значение в поддержании здоровья и высокой работоспособности. Роль активного отдыха для учащихся.

3. Органы чувств.

Органы чувств, их значение для человека. Понятие о строении глаза. Гигиена зрения. Причины близорукости, ее профилактика. Понятие о строении уха. Гигиена слуха. Вредные влияния шума на здоровье. Вестибулярный аппарат. Кожно-мышечная чувствительность. Заболевания.

4. Пищеварительная система.

Система органов пищеварения, ее строение и функции. Значение правильного питания.

Уход за зубами. Причина кариеса. Профилактика кариеса. Значение регулярных осмотров у зубного врача и выполнение его рекомендаций. Практическое занятие. Подбор зубной щетки, выбор зубной пасты, правила чистки зубов.

Понятие о рациональном питании. Режим питания. Гигиена питания. Желудочно-кишечные болезни, их причины.

5. Костно-мышечная система. Возрастные особенности. Осанка.

Факторы нарушения осанки. Профилактика искривления позвоночника и плоскостопия. Правильная рабочая поза — залог красоты и здоровья. Вывихи, переломы, растяжения, их симптомы. Практическое занятие.

6. Кровеносная система. Строение сердца и сосудов. Кровотечения. Виды кровотечений, способы их остановки. Демонстрация наложения давящей повязки, закрутки, жгута. Практическое занятие.

7. Покровные органы.

Кожа, ее строение, понятие о функциях кожи. Уход за кожей тела, лица, рук. Причины и профилактика гнойничковых заболеваний кожи. Уход за волосами, основные моющие средства для волос, их правильный выбор. Профилактика и лечение жирной себореи волос. Уход за ногтями.

Профилактика грибковых заболеваний кожи, ногтей. Чесотка, ее причины. Способы передачи чесотки, ее профилактика и лечение. Кожные паразиты. Педикулез, его профилактика. Блохи и вши как переносчики возбудителей инфекционных заболеваний, борьба с ними. Болезни, которыми можно заразиться от животных. Гигиенические правила обращения с животными (хозяевами, крысами, кошками, собаками). Ссадины, порезы, раны и их опасность. Дезинфекция ран.

8. Дыхательная система.

Понятие о строении и функциях органов дыхания. Состав воздуха, роль состава воздуха в поддержании здоровья человека. Правильное дыхание — носовое дыхание.

Гигиена дыхания. Роль вентиляции, проветривания и нормальной влажности в классах и жилых помещениях. Болезни органов дыхания, пути передачи и профилактика гриппа, туберкулеза и др. Поведение во время эпидемии гриппа, правильное поведение больных и тех, кто ухаживает за больными. Курение. Болезни. Состав табачного дыма, его влияние на здоровье курильщиков и окружающих.

9. Эндокринная система. Железы внешней, внутренней и смешанной секреции. Свойства гормонов. Взаимодействие нервной и гуморальной регуляции. Промежуточный мозг и органы эндокринной системы. Гормоны гипофиза и щитовидной железы, их влияние на рост и развитие, обмен веществ. Гормоны половых желез, надпочечников и поджелудочной железы. Причины сахарного диабета.

10. Нервная система. Значение нервной системы. Мозг и психика. Строение нервной системы: спинной и головной мозг — центральная нервная система; нервы и нервные узлы — периферическая. Строение и функции спинного мозга. Строение головного мозга. Функции продолговатого, среднего мозга, моста и мозжечка. Передний мозг. Функции промежуточного мозга и коры больших полушарий. Старая и

новая кора больших полушарий головного мозга. Аналитико-синтетическая и замыкательная функции коры больших полушарий головного мозга. Доли больших полушарий и сенсорные зоны коры.

11. Ядовитые грибы, растения, насекомые. Ядовитые грибы, их отличительные особенности. Отравления грибами, их признаки и последствия несвоевременного обращения к врачу. Ядовитые растения Санкт-Петербурга и ЛО области, их отличительные особенности. Оказание первой помощи при отравлениях ядовитыми растениями. Что делать при укусах мошек, в случае, когда ужалила пчела, оса, шмель, шершень. Клещи — опасные переносчики энцефалита.

Организационно-педагогические условия

Комплекс организационно-педагогических условий: материально-технические, кадровые, информационно-коммуникационные, организационно-педагогические, учебно-методические условия реализации программы.

В том числе:

Сведения о реализации программы в учебное и каникулярное время.

Программа не реализуется в период осенних и весенних каникул.

Программа не реализуется в период новогодних и летних каникул.

Материально-техническое обеспечение:

1. лабораторное оборудование;
2. микроскопы;
3. материал для творчества (пластилин, картон, бумага);
4. ноутбук; фотоаппарат.
5. модели систем внутренних органов.

Формы проведения занятий

Для реализации творческих возможностей детей и подростков используются следующие формы проведения занятий:

1. Лекции

2. Собеседования
3. Самоподготовка
4. Индивидуальные и групповые консультации
5. Групповые обсуждения
6. Работа в малых творческих группах
7. Практические задания

Фонд оценочных средств

Балл	Критерий оценки	Присваивается \ учет ведется
2	Активно участвовал в образовательных мероприятиях на занятии. Демонстрирует качественные образовательные результаты.	Каждое занятие
1	Присутствовал, но активно не участвовал. Демонстрирует незначительные результаты.	Каждое занятие

ЛИТЕРАТУРА, ЭЛЕКТРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ:

1. Портал дистанционного обучения (<http://do2.rcokoit.ru>)
2. Российская электронная школа. <https://resh.edu.ru/>
3. Google Класс – бесплатный веб-сервис
4. Якласс <https://www.yaclass.ru/>.
5. Инфоруок <https://infourok.ru/>
6. Кэрл Доннер: Тайны анатомии. М., Мир, 1988;
7. Афонькин С. Анатомия человека. Школьный путеводитель, 2007.
8. Дорохов А.А. Про тебя самого. М.: Детская литература, 1969.
9. Дорохов А.А. Сердце на ладони. – М.: Детгиз, 1962.

Список дополнительной литературы:

1. У каждого своя Голгофа : очерк о трех ссылках. Крестный путь профессора-хирурга В. Ф. Войно-Ясенецкого (архиепископа Луки) : среди властей, органов, раскольников и... коллег-иуд / О. Е. Бобров. — Донецк : Изд. Заславский А. Ю., 2009. — 128 с. : ил.
2. Профессор В. Ф. Войно-Ясенецкий : переплет / В. А. Поляков. Воспоминания о профессоре В.Ф. Войно-Ясенецком / И. А. Кассирский. — М. : [б. и.], [1990]. — 26 с. : ил. — Список науч. работ В. Ф. Войно-Ясенецкого (36 назв.).
3. «Быть всю жизнь земским, мужицким врачом». На берегу Енисея поставят памятник ученому и хирургу / Е. Буш // Медицинская газ. — 2016. — N 65, 31 августа. — С. 15.
4. Профессор В. Ф. Войно-Ясенецкий (святитель Лука) : его врачебный путь и роль в развитии стоматологии / В. Ю. Никольский // Стоматология. — 2012. — Том 91, N 2. — С. 6-8.
5. Врач от Бога. День памяти святителя Луки (Войно-Ясенецкого) отмечается недавно / К. Щеглов // Медицинская газ. — 2011. — N 47, 24 июня. — С. 15.
6. Здоровое сердце : материалы для пациентов / А. М. Калинина, Ю. М. Поздняков, Р. А. Еганян и др. ; ред. Р. Г. Оганов ; Всерос. науч. о-во кардиологов . — М. : ГЭОТАР-Медиа, 2009. — 64 с. : табл. — (Шк. здоровья).
7. Физическая активность и питание : материалы для пациентов /Р. А. Потемкина ; ред. Р. Г. Оганов ; Всерос. науч. о-во кардиологов . — М. : ГЭОТАР-Медиа, 2011. — 48 с. — (Шк. здоровья).
8. Жильяр, П. Трагическая судьба русской императорской фамилии : воспоминания : [пер. с фр.] – Таллинн : «Александра», 1991. – С. 18-22, 27, 31 : портр.
9. Царский лейб-медик : жизнь и подвиг Евгения Боткина : к 145-летию со дня рождения / сост. О. Т. Ковалевская. — СПб. : Царское дело, 2011. — 536 с. : фот. — Библиогр.: с. 528-530.
10. Евгений Сергеевич Боткин — образец верности врачебному долгу и данному слову, пример мужества и чести русского врача : (к 150-летию со дня рождения) / А. А. Вологдин, В. Б. Симоненко // Клиническая медицина. — 2015. — Том 93, N 9. — С. 72-78.
11. Доктор Е. С. Боткин : «Я остаюсь с царем...» / А. Вуколов // Медицинская газ. — 1994. — № 68. — 02 сент. — С.16 : портр.
12. Эталон верности врачебному делу. Он был расстрелян вместе с царской семьей / К. Щеглов // Медицинская газ. — 2015. — N 83, 6 ноября. — С. 15.