**АДМИНИСТРАЦИЯ ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД САРАТОВ»**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 63**

**с углубленным изучением отдельных предметов»**

**ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА ГОРОДА САРАТОВА**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |

**Элективный курс**

**для учащихся 9-х классов**

**«03 на дому»**

Составитель:

Кузнецова Татьяна Александровна,

учитель биологии и экологии

МОУ «СОШ №63 с УИП»

города Саратова

(приказ

министерства образования

Саратовской области

от 14.09.2011 г. № 2562)

г. Саратов

2011 г.

**Пояснительная записка.**

Программа элективного курса «03 на дому» рассчитана на 8 часов и адресована учащимся 9 классов.

Программа является актуальной для подготовки учащихся к осознанному выбору естественнонаучного профиля обучения.

Первейшая потребность человека – сохранение его жизни и здоровья. Жизнь человека – единственного разумного живого существа – не вечна. Каждый человек умрет: один – раньше, другой – позже. Сроки жизни для человека не определены. Чтобы прожить долгую и счастливую жизнь нужно научиться ценить и беречь свое здоровье и здоровье близких людей. Умение вовремя и правильно оказать помощь при несчастном случае или заболевании поможет сохранить чью-то жизнь и избежать осложнений. Очень важна выработка умения определять связи между правом человека на здоровье и обязанностью ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, а также применение знаний о факторах здоровья и риска болезни для объяснения реальных ситуаций.

Изучение курса проводится в течение одной четверти. Последовательность тем обусловлена логикой развития основных анатомических, физиологических, гигиенических и медицинских понятий, что способствует развитию глубокого понимания сущности человека как живого организма.

В курсе рассматриваются сведения о первой медицинской помощи (ПМП) при травмах и несчастных случаях, а также о причинах болезней и правилах ухода за больными.

Практические работы ориентированы на приобретение учащимися навыков оказания ПМП.

Заканчивается курс разделом «Общий массаж», где рассматривается значение массажа для активизации защитных сил организма, а учащиеся приобретают умения и навыки по основным приемам массажа.

Курс предусматривает активную творческую работу учащихся с различными источниками дополнительной информации.

Для курса наиболее приемлема лекционно-семинарско-практическая форма организации учебного процесса.

Реализацию программы элективного курса можно считать успешной в случае выраженного интереса к его содержанию.

# **Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название темы** | **Количество часов** | | | **Форма**  **проведения занятия** | **Образовательный продукт** | **Дата** | | |
| **всего** | **теория** | **практика** | **план** | | **факт** |
| 1. | Введение. Медицина и здоровье человека. Здоровье человека как мировая проблема. Здоровье человека – личное и общественное достояние. Факторы здоровья человека. ЗОЖ. Направления медицины, достижения современной медицины. Ответственность каждого за свое здоровье и здоровье окружающих. | 1 | 1 |  | Беседа | Развернутый опорный конспект |  | |  |
| 2. | Первая медицинская помощь (ПМП) при травмах и несчастных случаях. Оказание доврачебной помощи при обмороке и шоке; поражении электрическим током; укусах животных. | 1 | 1 |  | Лекция | Развернутый опорный конспект |  | |  |
| 3. | Понятие о ране, классификация ран и их осложнения. Виды кровотечений и их характеристика. | 1 | 1 |  | Лекция | Опорный конспект |  | |  |
| ПМП при ранениях. | 0,5 | Практическая работа № 1 | Результаты практической работы № 1 |  | |  |
| Правила наложения стерильных повязок. | 0,5 | Практическая работа № 2 | Результаты практической работы № 2 |  | |  |
| 4. | ПМП и уход при острых заболеваниях. Понятие о болезни. Уход за больными. Основные принципы лекарственной помощи. | 2 | 2 |  | Лекционно-семинарская | Развернутый опорный конспект. Сообщение. |  | |  |
| Пути введения лекарственных веществ. Аптечка для индивидуального пользования. | 0,5 | Практическая работа № 3 | Результат практической работы № 3 |  |  | |
| ПМП при заболеваниях органов:   * дыхания; * сердечно-сосудистой системы; * пищеварения; * мочеполовой системы;   а также ПМП и уход при психо-неврологических состояниях. | 0,5 | Практическая работа № 4 | Результат практической работы № 4 |  |  | |
| 5. | Водо-теплолечение. Гидротерапия, холодные и согревающие компрессы, примочки, обтирание, укутывание, горячие ванны. Парафино- и озакиритолечение. Гелеотерапия. Ароматерипия. | 1 | 1 |  | Лекционно-семинарская | Развернутый опорный конспект.  Сообщение. |  |  | |
| 6. | Общий массаж. Виды массажа. Основные приемы массажа. Вспомогательные приемы. | 1 | 1 |  | Лекция | Развернутый опорный конспект |  |  | |
| Массаж мышц спины, живота, шеи. | 1 | Практическая работа № 5 | Результат практической работы № 5 |  |  | |
| 7. | Урок - творческий отчет. | 1 | 1 |  | Презентация творческих работ | Представление и защита творческих работ |  |  | |

# **Основные требования к знаниям и умениям учащихся**

***Учащиеся должны знать:***

* понятия «здоровье» и «болезнь»;
* факторы здоровья и факторы риска болезни;
* связи между правом человека на здоровье и обязанностью ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
* приемы оказания ПМП при острых заболеваниях органов дыхания, пищеварения, а также сердечно-сосудистой и мочеполовой систем;
* ПМП при психо-неврологических состояниях;
* основные принципы лекарственной помощи;
* технику общего массажа;
* правила гигиены, сохраняющие здоровье человека;
* этические нормы межличностных отношений.

***Учащиеся должны уметь:***

* оказывать ПМП при несчастных случаях;
* проводить инъекции;
* выполнять основные приемы массажа;
* соблюдать правила личной и общественной гигиены;
* работать с дополнительной литературой.

**Темы творческих работ:**

* 1. Профессия – врач.
  2. Окружающая среда и здоровье человека.
  3. Нетрадиционная медицина.
  4. Фитотерапия.
  5. Народные средства в медицине.
  6. Гигиена и мода.
  7. Народная мудрость гласит… (Народные пословицы и поговорки о климате, погоде и здоровье).
  8. Лечебный массаж.
  9. Рацион и режим питания.
  10. Психическое здоровье (Психогигиена).
  11. Закаливание.
  12. Зачем идти к врачу, если ничего не болит?
  13. Православный пост и здоровье.
  14. Гигиена труда.

**Практические работы.**

**Практическая работа № 1. «Наложение первичной повязки: на голову «чепцом», на предплечье, локтевой, коленный и голеностопный суставы».**

*Оборудование:* перевязочный материал (бинты).

**Порядок работы:**

1. На раны волосистой части головы накладывается повязка в виде «чепца», которая укрепляется полоской бинта за нижнюю челюсть. От бинта отрывают кусок размером до 1 м и кладут его серединой поверх стерильной салфетки, закрывающей рану, на область темени, концы спускают вертикально вниз впереди ушей и удерживают в натянутом состоянии. Вокруг головы делают круговой закрепляющий ход, затем, дойдя до завязки, бинт оборачивают вокруг нее и ведут косо на затылок. Чередуя ходы бинта затылок и лоб, каждый раз направляя его более вертикально, закрывают всю волосистую часть головы. После этого 2-3 круговыми ходами укрепляют повязку. Концы завязывают бантом под подбородком.
2. На предплечье накладывают спиральные повязки, бинтуя снизу вверх, периодически перегибая бинт.
3. Повязку на локтевой сустав накладывают, начиная 2-3 ходами бинта через локтевую ямку и далее спиральными ходами бинта, попеременно чередуя их на предплечье и плече с перекрещиванием в локтевой ямке.
4. Черепашья сходящаяся и расходящаяся на коленный сустав.
5. Крестообразная на голеностопный сустав.

*Возможные ошибки, снижающие оценку на 1 балл:* неправильное положение бинта в руках, наложение повязки не на ту область (сторону), незакрепление повязки.

**Практическая работа № 2. «Использование лейкопластыря и спиртового раствора йода при обработке ран».**

*Оборудование:* спиртовая настойка йода, марлевые салфетки, бинт, вата, лейкопластырь.

**Порядок работы:**

1. Обработать йодом раневую поверхность (при мелкой травме обрабатывается вся рана, при крупной – только ее края). Для этого смочить йодом марлевую салфетку, обработать ею рану, после чего салфетку выбросить.
2. Приготовить из бинта салфетку. Для этого отрезать подходящий кусок бинта, загнуть его края внутрь, после чего сложить марлю в четыре слоя.
3. Приложить марлевую повязку к «ране», закрыть ее слоем ваты, а сверху прикрыть второй марлевой салфеткой.
4. Укрепить повязку с помощью лейкопластыря. Отрезать полоску лейкопластыря с таким расчетом, чтобы она захватывала марлю и соседние участки кожи. Приклеить ее. Вторую полоску лейкопластыря наложить перпендикулярно первой. Если лейкопластырь узкий, наложить еще две полоски углом 45º к первым двум.
5. Ответить на вопросы:
   1. Почему салфетку, смоченную йодом, нельзя прибинтовывать к ране?
   2. Почему при приготовлении марлевой салфетки края бинта, которые обычно лохматятся, необходимо сначала загнуть внутрь, а уж потом складывать бинт в четыре слоя?
   3. Почему не советуют накладывать лейкопластырь прямо на рану, в особенности если она кровоточит?
   4. Почему при наложении лейкопластыря края раны рекомендуют стягивать?

**Практическая работа № 3. «Измерение артериального давления».**

*Оборудование:* сфигмоманометр, фонендоскоп.

**Порядок работы:**

1. Одеть манжетку на плечо. Рука испытуемого, на которую надета манжетка, должна спокойно лежать на столе ладонью вверх. Проверить, не пережимают ли локти испытуемого шланги.
2. Положить пружинный манометр на уровне сердца испытуемого. Если манометр ртутный, поставить его на стол. Проверить, не разбежалась ли ртуть по трубке. Если это замечено, столбик с ртутью надо наклонить в сторону. Этим приемом можно загнать ртуть в резервуар. Без этого пользоваться прибором нельзя. Перед началом работы подсоединить манжетку к манометру.
3. Концы трубок фонендоскопа вставить в уши, воронку подсунуть под манжетку спереди примерно на глубину 2 см от локтевой ямки, там, где прощупывается пульс.
4. Накачать с помощью груши воздух в манжетку до момента, когда никаких звуков в трубке слышно не будет. Потом начать медленно выпускать воздух, что приведет к снижению давления.
5. Когда в трубке фонендоскопа появятся пульсирующие звуки, отметьте показания манометра и запишите значение верхнего (систолического) давления. Когда звуки в трубке исчезнут, запишите значение нижнего (диастолического) давления.

**Практическая работа № 4. «Проведение инъекций».**

*Оборудование:* вата, спирт, перчатки, одноразовый шприц, ампула с лекарством.

Порядок работы:

1. Провести обработку рук.
2. Забор лекарства.
3. Внутримышечные инъекции делаются под углом 90º в верхний наружный квадрат ягодицы, в наружную поверхность плеча на границе между верхней и средней трети. В наружную поверхность бедра на границе между верхней и средней трети.
4. Вводят лекарство в мышцу на 2/3 иглы, предварительно протерев место инъекции двумя, смоченными спиртом, тампонами.
5. Подкожные инъекции делаются под углом 45º в кожный валик. В наружную поверхность бедра, плеча, в область живота, под лопатку, в ладонную поверхность предплечья.

*Возможные ошибки, снижающие оценку на 1 балл:* допущение вытекания или неполного введения лекарства, инъекция сделана не в ту область тела.

**Практическая работа № 5. «Общий массаж».**

*Оборудование:* крем для массажа, мыло, полотенце.

**Порядок работы:**

1. Обработка рук.
2. Нанесение на поверхность кожи больного крема для массажа.
3. Проведение основных и вспомогательных приемов массажа:
   1. поглаживание (одинарное, спиралевидное, гребнеобразное);
   2. растирание;
   3. разминание (накатывание, сдвигание, растяжение, сжатие);
   4. вибрация (прерывистая и непрерывная).

**Литература для учащихся**

* + 1. Головлев М.И. Основы медицинских знаний учащихся. – М.: Просвещение. 1991.
    2. Колесов Д.В., Маш Р.Д. Основы гигиены и санитарии. – М.: Просвещение. 1989.
    3. Коростелев Н.Б. От А до Я. - М.: Медицина. 1988.
    4. Воротников А.А. Биология и анатомия. – Минск. 1995.
    5. Лаптев А.П. Береги здоровье смолоду. – М.: Медицина. 1988.
    6. Свиридонов Г.М. Родники здоровья. – М. 1986.
    7. Коростелев Н.Б. Шаг за шагом. Твой календарь здоровья. – М. 1984.
    8. Васильев З.А., Любинская С.М. Резервы здоровья. – М. 1984.
    9. Иванченко В.А. Тайны русского закала. – М. 1985.
    10. Петровский К.С. Гигиена питания. – М.: Медицина. 1975.
    11. Дубровский В.И. Валеология. Здоровый образ жизни. – М. 1999.
    12. Гримак Л.П. Резервы человеческой психики. – М. 1990.
    13. Брехман И.И. Введение в валеологию – науку о здоровье. – Л.: Наука. 1987.
    14. Лисицин Ю.П., Сахио А.В. Здоровье человека – социальная ценность. – М.: Мысль. 1989.
    15. Энциклопедия для детей. АВАНТА +, Человек. 2003.

Л**итература**

1. БМЭ, 3 изд. – М.: Советская энциклопедия. 1981.
2. Великорецкий А.И. Первая помощь до прихода врача. – М. 1972.
3. Сафонов А.Г. Учебное пособие для подготовки медицинских сестер. – М. 1981.
4. Ткаченко С.С., Шаповалов В.М. Оказание доврачебной помощи. – М. 1984.
5. Байкулова Н.Г., Удовиченко Н.А., Кузьмина Н.В. ПМП при травмах. – Саратов. 2001.
6. Вельховер Е.С., Никифоров В.Г. Основы клинической рефлексотерапии. – М. 1984.
7. Бирюкова А.С. Секреты массажа. – М. 1984.