

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КРАСНОСЛОБОДСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ»**

«Согласовано»
Зам.директора по ВР
_____/Коршунова О.Л

«Утверждаю» Директор лицея
_____Голубева Е.Н.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Юный медик»**

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 КЛАССА

| | | |
|----------------------|---------|------------------------------|
| | Учитель | Рыкалина Светлана Викторовна |
| Класс | 5 б | |
| Всего часов в год | 34 | |
| Всего часов в неделю | 1 | |

г. Краснослободск 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Юный медик» для 5б класса разработана на основе ФГОС. Обучение школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства, - актуальная задача современного образования. Данный курс занятий «Юный медик» нацелен на формирование у ребёнка ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья. Мало научить ребёнка чистить зубы утром и вечером, делать зарядку и есть здоровую пищу. Надо чтобы он научился любви к себе, к людям, жизни. Только человек, живущий в гармонии с собой и с миром, будет действительно здоров.

Цель курса:

1. Укрепление психического и физического здоровья детей через их стремление быть здоровыми, применяя знания и умения об индивидуальных особенностях организма в жизни.
2. Развитие мотивации учащихся к познанию и творчеству через их увлечение изучением возможностей своего организма для осознанного выбора профессии и формирования культуры здоровья.

Задачи курса:

Обучающие:

- развитие умений и навыков, связанных с овладением простейшими приемами исследования здоровья, окружающей среды, самонаблюдением, пропагандой экологических и гигиенических знаний.
- формировать представление об индивидуальных особенностях организма.
- выработка умений и навыков сохранения и укрепления здоровья, безопасного и ответственного поведения;
- выработка умений оценивать общее состояние своего организма по индивидуальным особенностям;

Развивающие:

- развивать творческие и интеллектуальные способности;
- способствовать расширению кругозора учащихся, развитию инициативности, целеустремленности, ответственности за себя и окружающих;
- формировать толерантное сознание у учащихся;
- обеспечение физического и психического саморазвития;
- формирование у учащихся мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасности жизни;
- обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.
- развитие стремлений к получению дополнительной информации по вопросам сохранения и укрепления здоровья своего и своих близких.

Воспитательные:

- формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни, возможности приобретения умений и навыков жить в гармонии с самим собой и окружающим миром.
- воспитывать нравственное отношение к окружающему миру;
- формировать мотивацию к профессиональному выбору.

Ожидаемые результаты

Компоненты результата образования

Планируемые результаты

Методы диагностики (формы выявления результатов)

Личностные результаты

Обучающийся будет:

1. Владеть первичными навыками анализа и критичной оценки получаемой информации;
2. Проявлять ответственное отношение к информации с учетом правовых и этических аспектов ее распространения;
3. Развивать чувства личной ответственности за качество окружающей среды;
4. Оценивать способность и готовность к принятию ценностей здорового образа жизни за счет знания основных гигиенических, эргономических и технических условий безопасной эксплуатации средств ИКТ.

Педагогическое наблюдение, педагогический анализ результатов анкетирования

Метапредметные результаты

Познавательные УУД:

1. Строить логическое рассуждение и делать выводы.
2. Самостоятельно осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий в справочниках, словарях, таблицах.
3. Ориентироваться в рисунках, схемах, таблицах, представленных в учебных пособиях.
4. Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации.
5. Устанавливать причинно-следственные связи.
6. Самостоятельно планировать пути достижения целей; соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; оценивать правильность выполнения учебной задачи;
7. Владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
8. Выполнять задания по аналогии.

Регулятивные УУД:

1. Самостоятельно организовывать свое рабочее место.
2. Определять цель учебной деятельности с помощью педагога и самостоятельно.
3. Определять план выполнения заданий под руководством педагога.
4. Следовать при выполнении заданий инструкциям учителя и алгоритмам, описывающим стандартные учебные действия.
5. Владеть основными универсальными умениями информационного характера: постановка и формулирование проблемы; поиск и выделение необходимой информации, применение методов информационного поиска; структурирование и визуализация информации; выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера; владение информационным моделированием как основным методом приобретения знаний: умение преобразовывать объект из чувственной формы в пространственно-графическую или знаково-символическую модель; умение строить разнообразные информационные структуры для описания объектов; умение «читать» таблицы, графики, диаграммы, схемы и т.д., самостоятельно перекодировать информацию из одной знаковой системы в другую; умение выбирать форму представления информации в зависимости от стоящей задачи, проверять адекватность модели объекту и цели моделирования

Коммуникативные УУД:

1. Соблюдать в повседневной жизни нормы речевого этикета и правила устного общения
2. Вступать в диалог (отвечать на вопросы, задавать вопросы, уточнять непонятое).
3. Сотрудничать с товарищами при выполнении заданий в паре: устанавливать и соблюдать очерёдность действий, корректно сообщать товарищу об ошибках.

Педагогическое наблюдение, собеседование, педагогический анализ результатов выставок, конкурсов, творческих работ.

Предметные результаты

Обучающийся будет

знать:

- методы и приемы изучения своего организма
- индивидуальные особенности строения и физиологии своего организма

уметь:

- наблюдать и изучать особенности строения и физиологии своего организма;
- описывать результат наблюдений и измерений;
- выдвигать гипотезы;
- обсуждать результаты практических работ, участвовать в дискуссии;
- проводить анкетирование и социологические опросы;

обладать следующими компетентностями:

Учебно-познавательными (навык определения основных этапов работы, составлению алгоритма для выполнения практических работ)

Коммуникативными (умения правильно задать вопрос, вести опрос, дискуссию, организовать работу группы, проанализировать результаты деятельности)

Компетенция личностного самосовершенствования (готовность и способность школьника к осуществлению самодиагностики и самоанализа, самопознание, осознание себя как части Вселенной, мироздания;)

Педагогический анализ результатов тестирования, зачётов, познавательных игр, электронных викторин, педагогическое наблюдение.

Способы проверки результатов. Курс не предполагает оценочной системы, но промежуточный контроль достижений учащихся осуществляется посредством наблюдений за их активностью на занятиях, анализа результатов выполнения практических работ. В процессе реализации программы возможно создание и разработка индивидуальных ученических исследовательских проектов.

Изучение курса предполагает проведение комбинированных занятий, включающих теоретический и практический этапы.

Практические работы отобраны таким образом, что не предполагают использования токсичных веществ, сложного аппаратного оформления и прочих опасных для жизни и здоровья действий. Они просты в выполнении, дают знания, которые могут быть использованы в быту, что повышает практическую значимость занятий. Большое разнообразие практических работ позволяет сделать выбор, исходя из материально-технического оснащения учебного заведения, в котором реализуется данная программа курса.

Место курса в учебном плане.

Программа курса рассчитана на 34 часа 1 час в неделю для учащихся 5 класса.

Учебно-тематический план

| № | Название разделов, тем | Теория | Практика | Количество часов |
|---|-----------------------------------------------|--------|----------|------------------|
| 1 | Раздел 1. Введение | 2 | 1 | 3 |
| 2 | Раздел 2. Учимся быть здоровыми | 5 | 5 | 10 |
| 3 | Раздел 3. Личная и общественная гигиена | 6 | 4 | 10 |
| 4 | Раздел 4. Иммуитет и инфекционные заболевания | 7 | 1 | 8 |
| 5 | Раздел 5.Обобщение и повторение курса | | 3 | 3 |
| | Итого | | | 34 |

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Введение – 3час.

Понятие здоровья. Факторы здоровья. Физическое, психическое и социальное здоровье. Ценность здоровья. Культура здоровья. Методы изучения тела человека.

Экскурсия в медицинский кабинет школы- ознакомление с медицинскими приборами.

Раздел 2. Учимся быть здоровыми 10 час

ЗОЖ. Полезные привычки и вредные привычки для здоровья. Вредные привычки и их влияние на организм. Показатели здоровья. Внешние признаки здоровья. Режим дня. Занятия физической культурой и спортом. Закаливание. Правила закаливания.

Практическая работа № 1. Выявление у себя признаков здорового человека

Практическая работа №2 Измерение температуры тела в различных участках тела

Практическая работа №3. Выявление у себя полезных и вредных привычек для здоровья.

Практическая работа № 4: «Составление режима дня»;

Практическая работа №5. Утренняя гимнастика

Раздел 3. Личная и общественная гигиена 10 час

Гигиена, основные понятия. Гигиена кожи рук и ногтей. Гигиена волос. Гигиена полости рта.

Гигиена тела. Гигиена одежды и обуви. Гигиена сна. Уборка жилого помещения.

Гигиена кухни. Санитарные правила приготовления еды. Сбалансированное питание. Витамины.

Практические работы:

Практическая работа №6. Правила мытья рук.

- Практическая работа № 7: «Гигиена полости рта»;
- Практическая работа № 8: «Гигиена одежды и обуви»;
- Практическая работа № 9: «Составление пищевых рационов»;

Раздел 4. Иммуитет и инфекционные заболевания 8час

Иммуитет. Виды иммуитета. Вакцинации. Инфекции. Асептика и дезинфекция.

Понятие об инфекционных болезнях. Эпидемии, пандемии. Карантийные мероприятия.

Пути передачи инфекций. Воздушно-капельные инфекции (ОРВИ, грипп) Кишечные инфекции. ВИЧ- инфекция.

Практическая работа № 10: «Разработка профилактических мероприятий по предупреждению инфекционных болезней

Раздел 5. Обобщение и систематизация знаний 3 час

Что я узнал и чему я научился

Экскурсия в медицинский колледж

Календарно-тематическое планирование курса «Юный медик» 5 класс

| № п/п | Тема урока | Количество часов | дата |
|-----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------|
| Раздел 1. Введение – 3час. | | | |
| 1 | Понятие здоровья. Факторы здоровья. Физическое, психическое и социальное здоровье. | 1 | 02.09.2024 |
| 2 | Ценность здоровья. Культура здоровья. Методы изучения тела человека. | 1 | 09.09.2024 |
| 3 | Экскурсия в медицинский кабинет лицея - ознакомление с медицинскими приборами | 1 | 23.09.2024 |
| Раздел 2. Учимся быть здоровыми 7 час | | | |
| 4 | ЗОЖ. Полезные привычки и вредные привычки для здоровья. Вредные привычки и их влияние на организм. | 1 | 30.09.2024 |
| 5 | Показатели здоровья. Внешние признаки здоровья. | 1 | 07.10.2024 |
| 6 | Режим дня. | 1 | 14.10.2024 |
| 7 | Занятия физической культурой и спортом. | 1 | 21.10.2024 |
| 8 | Закаливание. Правила закаливания. | 1 | 11.11.2024 |
| 9 | Практическая работа № 1. Выявление у себя признаков здорового человека | 1 | 18.11.2024 |
| 10 | Практическая работа №2 Измерение температуры тела в различных участках тела | 1 | 25.11.2024 |
| 11 | Практическая работа №3. Выявление у себя полезных и вредных привычек для здоровья. | 1 | 2.12.2024 |
| 12 | Практическая работа № 4: «Составление режима дня» | 1 | 9.12.2024 |
| 13 | Практическая работа №5. Утренняя гимнастика | 1 | 16.12.2024 |
| Раздел 3. Личная и общественная гигиена 10 час | | | |
| 14 | Гигиена, основные понятия. Гигиена кожи рук и ногтей. | 1 | 23.12.2024 |
| 15 | Гигиена волос. Гигиена полости рта. | 1 | 13.01.2025 |
| 16 | Гигиена тела. Гигиена одежды и обуви. | 1 | 20.01.2025 |
| 17 | Гигиена сна. Уборка жилого помещения. | 1 | 27.01.2025 |
| 18 | Гигиена кухни. Санитарные правила приготовления еды. | 1 | 3.02.2025 |
| 19 | Сбалансированное питание. Витамины. | 1 | 10.02.2025 |
| 20 | Практическая работа №6. Правила мытья рук | 1 | 17.02.2025 |
| 21 | Практическая работа № 7: «Гигиена полости рта» | 1 | 24.02.2025 |
| 22 | Практическая работа № 8: «Гигиена одежды и обуви» | 1 | 3.03.2025 |
| 23 | Практическая работа № 9: «Составление пищевых рационов» | 1 | 10.03.2025 |
| Раздел 4. Иммуитет и инфекционные заболевания 8час | | | |
| 24 | Иммуитет. Виды иммуитета. | 1 | 17.03.2025 |
| 25 | Инфекции. Асептика и дезинфекция. | 1 | 31.03.2025 |
| 26 | Понятие об инфекционных болезнях. Эпидемии, пандемии. Карантинные мероприятия. | 1 | 7.04.2025 |
| 27 | Пути передачи инфекций. | 1 | 14.04.2025 |
| 28 | Воздушно-капельные инфекции (ОРВИ, грипп) | 1 | 21.04.2025 |

| | | | |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------|
| 29 | Кишечные инфекции. | 1 | 28.04.2025 |
| 30 | ВИЧ- инфекция. | 1 | 5.05.2025 |
| 31 | Практическая работа № 10: «Разработка профилактических мероприятий по предупреждению инфекционных болезней | 1 | 12.05.2025 |
| Раздел 5. Обобщение и систематизация знаний 3 час | | | |
| 32 | Что я узнал и чему я научился | 1 | 19.05.2025 |
| 33-34 | Экскурсия в медицинский колледж | 2 | 26.05.2025 |
| | Итого | 34 | |

Информационные ресурсы для учителя:

1. Блинова Н.Г. Практикум по психофизиологической диагностике. – М.: Владос, 2000.
2. Губарева Л.И. Мизирева О.М. Экология человека. – М.: Владос, 2003
3. Дендебер С.В. Конструктор элективных курсов. Физика. Химия. Биология.- кн.1.- М.:2006
4. <https://www.youtube.com> Галилео. Медиа- Галилео. Внимание Память
Сон Медиа – Галилео. Здоровье – 36,6 Привычки Галилео. Биометрия Что внутри нас?
Галилео. Криминалистика. Биология и ДНК
5. Смешарики. Пин-код. Сборник по биологии. Наука для детей. Клетки тела. Гены.

Информационные ресурсы для ученика:

1. <https://www.youtube.com> Галилео. Медиа- Галилео. Внимание Память
Сон Медиа – Галилео. Здоровье – 36,6 Привычки Галилео. Биометрия Что внутри нас?
Галилео. Криминалистика. Биология и ДНК
2. Смешарики. Пин-код. Сборник по биологии. Наука для детей. Клетки тела

