

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Елизовская средняя школа № 7 им. О.Н. Мамченкова»

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «ЕСШ № 7 им. О.Н.
Мамченкова»
_____ Е.А. Верижникова
Пр.№ _____
от «__» _____ 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

для учащихся 9 – х классов «Первые шаги в медицину»

Программу разработала учитель химии
МБОУ «ЕСШ № 7 им. О.Н. Мамченкова»
В.М. Файзулина

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по ВР МБОУ «ЕСШ № 7
им. О.Н. Мамченкова»
_____ С.Р. Богданова
«__» _____ 2024 г.

г. Елизово
2024 г.

Программа элективного курса "Первые шаги в медицину"

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Важная проблема подросткового периода – выбор профессии. Правильно выбранная профессия, способствует достижению наиболее высоких показателей в трудовой и общественной деятельности, дает возможность максимального проявления творчества, более полного осуществления всех жизненных планов, как одного человека, так и общества в целом.

Профильному обучению учащихся в современном образовании уделяется большое внимание. Это не просто обучение подростка какой-либо профессии, это и профессиональное ориентирование учащегося по выбранному им профилю. Медицина – одна из главных составляющих жизни человека, которая отвечает, прежде всего, за его здоровье и долголетие. Поэтому понятно, почему общество предъявляет особые требования именно к медицинским работникам.

В подростковом возрасте интересы основной части ребят крайне неустойчивы. Они плохо ориентируются в мире профессий, не могут оценить свои способности и возможности, что само собой еще больше затрудняет выбор будущей профессии. Поэтому возникла необходимость в составлении коротких элективных курсов по различным профессиональным направлениям, в том числе и медицины. Задача курса как можно полнее и интереснее познакомить учащегося со спецификой выбранного вида деятельности. Помочь ученику оценить свой потенциал с точки зрения образовательной перспективы, помочь учащемуся проверить себя в выбранном виде деятельности, то есть получить ответ на вопрос: могу ли я и хочу ли я этим заниматься?

Данная программа является элективным курсом по профессиональному самоопределению в области медицины и рекомендована для учащихся 10-11 классов общеобразовательных школ. Курс знакомит учащихся с миром медицинских профессий. А также с основными понятиями и дисциплинами, изучаемыми в медицине; формирует знания и умения необходимые не только для медработников, но и для каждого человека; формирует правильное отношение к своему здоровью и потребность в здоровом образе жизни.

Цель:

Создание условий для духовно-нравственного воспитания, профессионального самоопределения и формирования личностно-ориентированной компетенции учащихся.

Задачи:

- Формировать понятие учащихся о нравственных качествах необходимых при выборе медицинских профессий.
- Формировать у учащихся понятие о здоровом образе жизни: отказ от вредных привычек и занятия самосовершенствованием.
- Углублять знания учащихся по анатомии, физиологии и гигиене человека, профилактике заболеваний и правилах оказания первой помощи

Сроки реализации программы: 2 учебных года

Основные принципы отбора и структурирования материала:

Содержание программы курса разработано на основе анализа профиограмм среднего и старшего медицинского персонала, с учетом возраста школьников, имеющих у них знаний по школьным дисциплинам, их умением использовать дополнительные источники знаний, а также с учетом их психофизиологических особенностей.

Программа курса включает круг вопросов, показывающих проблемы и задачи медицины в человеческом обществе, знакомит со структурой здравоохранения, формами традиционной и нетрадиционной медицины, включает лабораторные работы, самонаблюдения, упражнения, полезные советы, основы первой медицинской помощи при бытовых травмах.

В процессе освоения программы курса учащиеся знакомятся с разнообразными учебными заведениями, в которых можно получить медицинское образование. Также предусматривается выполнение практических работ, которые позволяют углубить и расширить знания учащихся в области общей и возрастной физиологии, психологии, гигиены. Успешному решению задач курса будет способствовать организация встреч с медицинскими работниками, студентами и выпускниками школы из профильных медицинских вузов.

Особенностью курса является то, что он требует активной творческой работы учащихся: обсуждение проблем, работа над проектами, написание докладов и рефератов, выполнение практических и исследовательских работ.

Методы обучения:

- методы поискового и исследовательского характера, стимулирующие познавательную активность учащихся;
- лабораторно-практические работы, графические работы, развивающие творческую инициативу учащихся;
- интерактивные методы (эвристические методы, учебный диалог, метод проблемных задач);
- самостоятельная работа учащихся с различными источниками информации, обеспечивают информационно-коммуникационную компетентность;
- метод проектов.

Формы организации познавательной деятельности учащихся: индивидуальные, групповые, коллективные.

Формы учебных занятий: Преподавание элективного курса предусматривает внедрение современных педагогических технологий, содействующих эффективному развитию творческого потенциала учащихся. Старшая школа ориентирована в большей степени на поступление в ВУЗ. В этой связи при изучении курса предусматривается лекционно-семинарская система занятий. На лекции предусматривается крупноблочное изложение материала, раскрытие основных ключевых позиций.

Семинар предполагает творческое изучение программного материала. На этих занятиях происходит углубление, расширение и детализация материала. Подготовка к ним предусматривает организацию индивидуальной и групповой работы учащихся, поиск информации из дополнительной литературы и электронных источников, развитие умений самостоятельно добывать, анализировать, обобщать знания, делать выводы. Семинары могут проводиться в форме выступлений учащихся на основе докладов и рефератов, в виде диспутов, дискуссий, ролевых игр, круглых столов.

При проведении практических занятий целесообразно использование ресурсов медицинского кабинета, а также сотрудничество с медицинским работником.

На занятиях предполагается демонстрация слайдов, учебных видеофильмов, мультимедийного приложения, атласов, таблиц, что будет способствовать визуализации предоставляемой информации и успешному усвоению материала.

Кроме классно-урочной системы предполагается проведение экскурсии в медицинскую лабораторию, интерактивные лекции с последующими дискуссиями, семинары, лабораторные работы, защита творческих проектов и др.

Планируемые результаты:

Учащиеся должны знать:

- основные медицинские специальности;
- современные достижения медицины;
- правила оказания первой помощи;
- информацию о медицинских учреждениях города и округа и региона, требования к студентам медикам.

Учащиеся должны уметь:

- планировать и проводить наблюдение, лабораторный опыт, практическую работу, делать математическую обработку результатов исследования, формулировать выводы;
- готовить рефераты, сообщения, работать над проектами, пользоваться дополнительными источниками информации.

У учащихся должны быть сформированы следующие компетенции:

1. Личностные:

- вести диалог, выступать публично;
- участвовать в коллективной мыслительной деятельности;
- убеждать, доказывать, формулировать выводы.
- управлять своим поведением, настроением, своими потребностями и желаниями, сочетая их с интересами коллектива;
- соблюдать технику безопасности при выполнении практических работ.

2. Метапредметные:

- определять наиболее рациональную последовательность при выполнении практических работ;
- самостоятельно оценивать свою деятельность;
- уметь выделять причинно-следственные связи;
- творчески решать практические задачи.

3. Предметные:

- Виды повязок, правила наложение повязок.
- Кровотечения, способы остановки кровотечений.
- Переломы костей, их распознавание. Оказание первой помощи при переломах костей конечностей.
- Антропометрические исследования.
- Использование дезинфицирующих средств для обработки ран
- Рассмотрение микропрепаратов.
- Измерение частоты пульса и АД до и после физической нагрузки
- Санитарный анализ воздуха в помещении.
- Изготовление простейших респираторов.
- Гигиеническая оценка питьевой воды.
- Санитарная проверка пригодности для питья природной воды
- Определение типа кожи

Формы контроля

- Сообщения, выступления.
- Рефераты.
- Практические работы.
- Проектные работы.
- Решение ситуационных задач
- Тестовые задания

Для стимуляции личностного роста можно использовать балльную систему мониторинга достижений, фиксируя результаты в приведенной ниже таблице.

Ф.И. учащегося	Тема	Работа в группе	Устный ответ	Выступление с докладом	Практическая работа	Тестирование	Защита проекта, презентация.
----------------	------	-----------------	--------------	------------------------	---------------------	--------------	------------------------------

В результате освоения программы курса учащиеся должны защитить проект или представить презентацию.

Характеристика ресурсов:

Компьютер, интерактивная доска, принтер, мультимедийный проектор, микроскопы, микропрепараты, перевязочный материал, муляжи, индивидуальные наборы для лабораторной работы, электронные таблицы, динамические пособия, учебные диски, видеофильмы, инструктивные карточки, электронные тесты, интерактивные задания, презентации, ресурсы Интернета, флэш-анимации.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Размышления о профессии врача.

Тема 1. Особенности медицинских профессий

Качества необходимые медицинскому работнику. Мифы и реальности. Система здравоохранения. Особенности медицинской карьеры. Этика и этикет в медицине.

Тема 2. Самоанализ своих индивидуальных качеств, мотивация к выбору профессии, прогнозирование будущего образования.

Мнение людей о врачах и медицине в целом.

Тема 3. Врач – профессия, которой более 5 тысяч лет.

«Отец медицины» - Гиппократ. История медицины от древних времен до наших дней. Среднеазиатский ученый, врач, математик, поэт Авиценна. Врач эпохи возрождения Парацельс. Итальянский врач и естествоиспытатель Андреас Везалий. Французский врач, основоположник современной хирургии, Амбруаз Паре. Уильям Гарвей, английский врач, открывший круги кровообращения. Луи Пастер, великий французский химик, основоположник микробиологии. Австрийский иммунолог Карл Ландштейнер, открывший группы крови у человека. Александр Флеминг – начало эры антибиотиков. Русский ученый и хирург, основоположник военно-полевой хирургии, Н. И. Пирогов. Врач и ученый, основоположник русской школы физиологов, И. М. Сеченов. И. И. Мечников - автор фагоцитарной теории иммунитета. Выдающийся русский ученый И. П. Павлов. Русский врач-терапевт С. П. Боткин. Хирург, один из основоположников нейрохирургии Н. Н. Бурденко.

Использование ИКТ:

презентации об истории медицины, биографиях врачей и их открытиях, мультимедийное пособие, ресурсы Интернет.

Раздел 2. Врачи – наследники Гиппократа

Тема1. Краткая характеристика основных медицинских профессий и специальностей.

Тема 2. Медицинская сестра – главный помощник врача.

История профессии. Виды медицинских сестер: палатная, хирургическая, медсестра диспансера, физиотерапевтического кабинета, процедурного кабинета, массажист. Профессия – фельдшер.

Тема 3. Служба «Скорой помощи» - организация и персонал. Плюсы и минусы работы в «Скорой помощи».

Тема 4. Педиатрия. Педиатр – детский врач.

Тема 5. Основные этапы индивидуального развития человека. Особенности лечения детей. Изменение пропорций и строения тела с возрастом. Антропометрические исследования: соматометрические, соматоскопические, физиометрические.

Тема 6. Современные методы диагностики и лечения в медицине.

Электрокардиограф, ультрафиолетовое и рентгеновское излучение, флюорография, маммография, ультразвуковое обследование, использование лазеров в медицине, томография и др.

Тема 7. История обезболивания в хирургии. История обезболивания в хирургии. Вклад Н.И.Пирогова в науку. Травматология как отрасль хирургии.

Тема 8. Общие сведения о десмургии. Виды повязок, наложение повязок.

Десмургия – раздел хирургии, разрабатывающий методы применения и технику наложения повязок. перевязочный материал, используемый в древности. Виды мягких повязок. Повязки головы, шеи, конечностей. Матерчатые повязки. Техника наложения повязок.

Тема 9. Виды первой помощи.

Тема 10. Кровотечения, типы кровотечений, способы остановки кровотечений.

Кровотечение – это истечение крови из кровеносного сосуда во внешнюю среду, в полости и ткани. Опасность кровопотери. Кровотечения травматические и нетравматические. Первичные и вторичные кровотечения. Наружные и внутренние кровотечения. Артериальные, венозные, смешанные, капиллярные и паренхиматозные кровотечения. Способы временной остановки кровотечения. Особенности остановки кровотечения у детей.

Тема 11. Переломы костей, их распознавание. Способы временной иммобилизации.

Перелом – частичное или полное нарушение целостности кости, вызванное действием механической силы или патологическим процессом. Врожденные, или внутриутробные и приобретенные переломы. Приобретенные переломы: травматические и патологические. Переломы открытые и закрытые. Переломы полные и неполные; одиночные и множественные. Распознавание переломов. Первая медицинская помощь при переломах. Правила наложения шинных повязок.

Экскурсии

1. Экскурсия в школьный медицинский кабинет. Знакомство с оборудованием, медикаментами кабинета, профессией школьный фельдшер
2. Экскурсия в детскую консультацию. Знакомство с современным оборудованием ЦРБ.

Практические работы

1. Виды повязок, правила наложение повязок.
2. Кровотечения, способы остановки кровотечений.
3. Переломы костей, их распознавание. Оказание первой помощи при переломах костей конечностей.
4. Антропометрические исследования.

Использование ИКТ:

Презентации о профессии врача стоматолога, врача офтальмолога, история профессии медицинской сестры, особенности организации труда медсестры физиотерапевтического кабинета, о современных методах обследования и лечения в медицине, об оказании первой медицинской помощи при переломах и кровотечениях.

Интерактивные задания и электронные тесты.

Интернет ресурсы.

Раздел 3. Основы гигиены и санитарии

Тема 1. История гигиены. Санитарно-гигиеническая культура древнего мира и средневековья. История гигиены в России. Предмет и методы гигиены. Гигиена как профилактическое направление медицины, изучающее влияние факторов природной среды, быта и труда на организм человека с целью охраны его здоровья. Санитария как прикладная часть гигиены. Методы гигиены. Отрасли гигиены. Связь гигиены с анатомией, физиологией человека и другими науками.

Тема 2. Предупреждение инфекционных заболеваний. Иммуитет. Условия возникновения инфекционного заболевания. Профилактика инфекционных заболеваний.

Тема 3. Виды раневой инфекции и пути ее проникновения. Виды раневой инфекции (неспецифическая, специфическая, острая и хроническая). Опасность инфицирования ран. Пути проникновения инфекции в рану (экзогенный и эндогенный).

Тема 4. Травматизм и его профилактика. Виды травм. Причины травм. Предупреждение травматизма. Приготовление раствора перманганата калия для обработки ран, дезинфекции, отмачивания бинтов. Использование трубчатого эластичного бинта для удержания повязки на голове. Использование лейкопластыря и спиртового раствора йода при обработке ран.

Тема 5. Предупреждение и первая помощь при сердечнососудистых заболеваниях. Заболевания сердца и сосудов, их предупреждение. Влияние курения и употребления спиртных напитков на сердечно-сосудистую систему (ССС). Предупреждение заболеваний ССС. Первая помощь при гипертоническом кризе; при стенокардии.

Тема 6. Гигиена дыхания. Особенности функционирования органов дыхания. Респираторные заболевания, их предупреждение и меры первой помощи. Гигиена воздуха. Гигиена голосового аппарата. Санитарный анализ воздуха в помещении. Изготовление простейших респираторов.

Тема 7. Гигиена питания. Значение и режим питания. Санитарно-гигиенические требования к хранению и употреблению пищевых продуктов. Режим питья. Гигиеническая оценка питьевой воды. Пищевые отравления. Меры первой помощи. Гипо- и гипервитаминозы, их предупреждение. Инфекционные, неинфекционные острые и хронические заболевания органов пищеварения; глистные инвазии. Вредное действие наркотиков, алкоголя и курения на органы пищеварения. Санитарная проверка пригодности для питья природной воды.

Тема 8. Профилактика кожных заболеваний. Закаливание. Функции кожи и причины их нарушения. Уход за кожей. Профилактика аллергических, гнойничковых и грибковых заболеваний, чесотки. Защита кожных покровов в быту и на производстве.

Определение типа кожи: нормальная, сухая, жирная.

Тема 9. Профилактика нервных и психических заболеваний. Значение нервной системы. Безусловные и условные рефлексы. Понятие о динамическом стереотипе, его роли в повседневной жизни. Навыки и привычки. Стресс и психическое здоровье.

Экскурсии

1. Экскурсия в ЦРБ
2. Экскурсия в СЭС

Практические работы

1. Использование дезинфицирующих средств для обработки ран
2. Рассмотрение микропрепаратов.
3. Измерение частоты пульса и АД до и после физической нагрузки
4. Санитарный анализ воздуха в помещении.
5. Изготовление простейших респираторов.
6. Гигиеническая оценка питьевой воды.
7. Санитарная проверка пригодности для питья природной воды

8. Определение типа кожи

Раздел 3. Нетрадиционная медицина

Тема 1. Традиционная и нетрадиционная медицина.

Народная медицина. Знахарское врачевание: история, знахари-травники, знахарские рецепты. Цветотерапия. Лечение цветом. Ароматерапия. Разнообразные масла и их использование в медицинских целях.

Тема 2. Фототерапия. Лечение травмами.

Фармакология – раздел медицины, изучающий действие лекарственных веществ на организм, разрабатывающий новые лекарственные средства и методы их применения. Лекарственные вещества минерального, растительного, животного происхождения и продукты жизнедеятельности микроорганизмов. Лекарственные формы: таблетки, мази, драже, капсулы, гели, растворы. Инъекционные препараты. Внутримышечное, подкожное, внутривенное, капельное введение. Вред самолечения. Использование лекарственных растений. Классификация лекарственных растений по их выраженному биологическому действию.

Гомеопатия. История этой науки. Врач-гомеопат. Особенности лечения гомеопатическими препаратами.

Использование ИКТ:

Презентации о нетрадиционных методах лечения, ароматерапии, гомеопатии. Интернет ресурсы.

Раздел 4. ЗОЖ

Тема 1. Здоровый образ жизни. Факторы, укрепляющие здоровье.

Факторы, влияющие на здоровье человека: образ жизни, генетика, внешняя среда, природно-климатические условия, уровень развития здравоохранения. Факторы риска. Факторы, укрепляющие здоровье: двигательная активность, рациональное питание, режим труда и отдыха.

Тема 2. Предупреждение вредных привычек. Наркотики. Свойства наркотиков. Реакция на наркотики здорового организма. Стадии развития наркомании. Физическая и психическая деградация личности наркомана. Борьба с курением, предупреждение развития пьянства и алкоголизма.

Самостоятельная работа: Составление “Кодекса здоровья” и программ самосовершенствования.

Тема 2. Медицинское училище города. Высшее медицинское образование. Требования к студентам-медикам. Трудности обучения. Подведение итогов. Представление Портфолио.

Использование ИКТ:

Презентации о вреде курения, алкоголя, неправильного питания, Интернет ресурсы о высших медицинских учреждениях округа и области.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Тема	Количество часов			Виды деятельности
		Всего	Лекция	Практика	
	Раздел 1. Размышления о профессии врача	5			
1	Особенности медицинских профессий	1	1		

2	Прогнозирование будущего образования.	2		2	Анкетирование
3	Врач – профессия, которой более 5 тысяч лет	2	1	1	Презентации и доклады
	Раздел 2. Врачи – наследники Гиппократ	27			
1	Обзор медицинских профессий	1	1		
2	Медицинская сестра – главный помощник врача. История профессии.	3	2	1	Экскурсия в школьный медкабинет
3	Служба «Скорой помощи» - организация и персонал. Плюсы и минусы работы в «Скорой помощи».	2	1	1	Экскурсия в службу Скорой помощи
4	Педиатрия. Педиатр – детский врач. Антропометрические исследования.	2	1	1	Экскурсия в детскую консультацию
	Основные этапы индивидуального развития человека	3	1	2	Практическая работа
5	Современные методы диагностики в медицине.	2	1	1	Экскурсия в районную поликлинику
	История обезболивания в хирургии	2	1	1	Презентация
6	Общие сведения о десмургии. Виды повязок, наложение повязок.	3	1	2	Практическая работа
7	Виды первой помощи	3	1	2	Практическая работа
8	Кровотечения, способы остановки кровотечений.	3	1	2	Практическая работа
9	Виды травм костей. Способы временной иммобилизации.	3	1	2	Практическая работа

	Раздел 3. Основы гигиены и санитарии	23			
	История гигиены. Предмет и методы гигиены	3	2	1	Экскурсия в СЭС
	Предупреждение инфекционных заболеваний	2	2		презентация
	Виды раневой инфекции и пути ее проникновения	2	2		
	Травматизм и его профилактика. Виды травм. Причины.	3	1	2	Практическая работа
	Предупреждение и первая помощь при сердечно-сосудистых заболеваниях.	3	1	2	
	Гигиена дыхания	3	1	2	Практическая работа
	Гигиена питания	3	1	2	Практическая работа
	Профилактика кожных заболеваний	2	1	1	Практическая работа
	Профилактика нервных и психических заболеваний	2	1	1	Практическая работа
	Раздел 3. Нетрадиционная медицина	6			
1	Нетрадиционная медицина.	3	1	2	Практическая и исследовательская работы
2	Фототерапия. Лечение травами. Гомеопатия.	3	1	2	Практическая и исследовательская работы
	Раздел 4. Здоровый образ жизни.	4			
1	Факторы, укрепляющие здоровье.	1		1	Составление программы совершенствования
	Предупреждение вредных привычек	2	1	1	

2	Куда пойти учиться?	1		1	Знакомство с ОУ
	Раздел 6. Проектная деятельность	3		3	Защита проекта
	ИТОГО:	68	29	39	

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для учителя:

1. *Абаскалова Н. П.* “Здоровью надо учить”, Новосибирск, “Лада”, 2000.
2. *Баенбаева Н.Б.* Основы медицинских знаний. Волгоград, издательство «Учитель»
3. *Гоголев М.И.* «Методическое пособие по медико-санитарной подготовке».- М.: Просвещение,1985
4. *Колесов Д.В., Маш Р.Д.* «Основы гигиены и санитарии».- М.: Просвещение, 1991
5. *Зверев И. Д.* Человек. Организм и здоровье. М., 2000
6. *Степкна Е. В.* Анатомия человека. Волгоград, издательство «Учитель» 2006. Сборник программ элективных курсов (рекомендовано Волгоградским государственным институтом повышения квалификации работников образования)
7. *Суравегина И. Т.* Здоровье и окружающая среда. М.,1992.
8. *Спиридонова Н. А.* Бережем здоровье. С-П. «Паритет»2006
9. *Справочник практического врача.* М., “Баян”, 1993.
10. *Федорова М. З., Кумченко В.С.* Экология человека. М., 2004.
11. *Широкова М.* Карьера в медицине. Энциклопедия профессий. М., 2003.

Для учащихся:

1. *Гоголев М.И.* «Основы медицинских знаний учащихся».- М.: Просвещение, 1991
2. *Мультимедийное приложение “Анатомия человека”*, М., 2006..
3. *Рохлов В. С.* Школьный практикум. Биология. Человек. 9класс. М.,2000.
4. *Сапин М.Р., Брыксина З.Г.* Анатомия и физиология детей и подростков.М.2002.
5. *Энциклопедия для детей.* Аванта+. Человек. Том18. М.,2001.

ПРИЛОЖЕНИЕ I

Критерии оценки учебного проекта

Оценка работы по подготовке проекта	Оценка результата проекта	Оценка презентации проекта
обоснованность выбора темы	практическая направленность проекта (наличие результата)	соответствие представленного

		материала проблеме проекта
полнота раскрытия темы, самостоятельность, завершенность деятельности по проекту	качество отчета: эстетичность оформления, структурированность информации, соответствие стандартным требованиям	качество подачи материала (полнота раскрытия темы, самостоятельность, аргументированность)
структурированность информации	анализ проделанной работы, наличие независимой рецензии	степень осмысленности владения информационными технологиями (соответствие выбранных технологий поставленным задачам по проекту, дизайну, форме подачи материала)
новизна в раскрытии темы		уровень владения проблемой, темой (ответы на вопросы)
степень актуальности		степень доступности восприятия материала аудиторией
ссылки на источники информации (цитируемость используемой литературы), Интернет-ресурсы		ссылки на источники информации, Интернет-ресурсы, Интернет-ресурсы
экскурсия, встреча, выставка (фото-, видеоотчеты, письменный анализ полученной информации)		соблюдение регламента

Примерные темы проектов для выполнения зачетной работы.

- Оценка состояния здоровья учащихся класса (дать заключение о вероятности возникновения “школьных” болезней на основе комплексной оценки факторов риска, имеющихся в данном классе).
- Окружающая среда – залог здорового образа жизни и долголетия (природная, техническая и социальная).
- Индивидуальная система привычек и поведения в повседневной жизни (ваш режим дня, составление таблицы, графика).
- Способы оценки состояния своего здоровья (оценка общего состояния своего здоровья, составление тестов).
- Влияние курения, алкоголя, наркотиков на организм человека (составление схем, таблиц, рисунков, тестов).
- Маленькие дозы – большие неприятности (разработка правил пользования компьютером, сотовым телефоном и другими электроприборами).
- Исследование хронотипов и биоритмов работоспособности человека (построить график своих биоритмов, выводы, рекомендации).
- Биополе вашего дома, исследование вашего жилья (исследование жилья, составление схем, рисунков, таблиц).
- История применения лекарственных трав Сибири.
- Календарь сбора лекарственных трав Сибири.
- Траволечение при простудных заболеваниях (рецептура, настои, отвары).
- Нетрадиционное питание – залог здоровья и долголетия (национальное питание народов).
- Традиции семьи и здорового образа жизни.
- Разработка комплекса оздоровительной гимнастики для юношей и девушек 15–16-летнего возраста (выводы).
- Психогигиена – залог долголетия (аутотренинги, релаксация, психоанализ, медитация).

ПРИЛОЖЕНИЕ П

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ

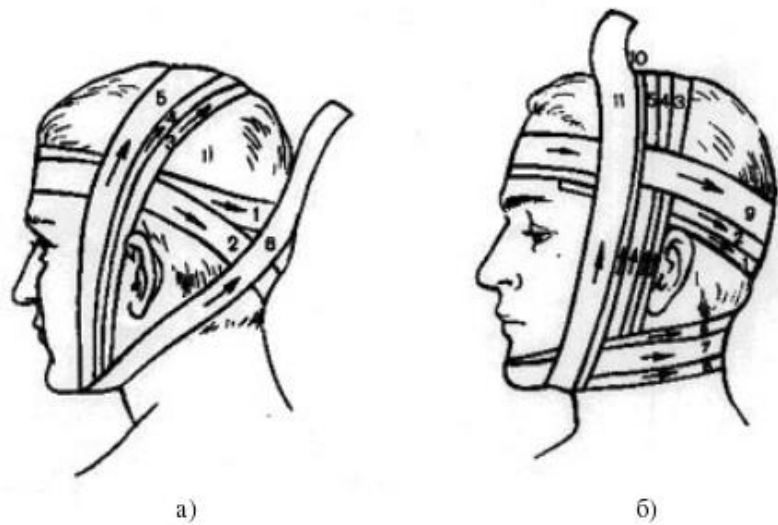
Практическая работа 1. Виды повязок, правила наложения повязок.

Оборудование: бинты

Демонстрация и комментирование способов наложения повязок на разные области тела:

- повязка на голову;
- повязка на руку;
- повязка на грудь;
- повязка на глаз;
- повязка на нижнюю область живота и;
- повязка на паховую область.

Повязка на голову в виде «уздечки»



Повязка на голову в виде «чепца»

Повязка на кисть



а)

спиральная
на палец

б)

крестообразная
на кисть

в)

спиральная на
локтевой сустав

Наложение первичной повязки: на голову «чепцом», на предплечье, локтевой, коленный и голеностопный суставы.

Условия выполнения нормативов. Перевязочный материал (бинты нестерильные, завернутые в бумагу, считаются условно стерильными) лежит на столе рядом со статистом, которому накладывается повязка.

Допускается наложение повязки поверх одежды. «Пострадавший» располагается в удобном для наложения повязки положении. По заданию и команде преподавателя учащиеся накладывают указанную каждому повязку. Выполнение норматива завершается закреплением конца бинта.

Возможные ошибки, снижающие оценку на 1 балл. Неправильное положение бинта в руках; нарушение стерильности; наложение повязки не на ту область (сторону), незакрепление повязки.

Время выполнения норматива. Повязка «чепцом» на голову: отлично – 2 мин 30 с, хорошо – 2 мин 50 с, удовлетворительно – 3 мин 10 с. Повязка на предплечье, локтевой, коленный и голеностопный суставы: отлично – 1 мин 50 с, хорошо – 2 мин, удовлетворительно – 2 мин 10 с.

Задания для работы в группах (ЦОР см. Приложение4)

ЗАДАНИЕ 1 (Работа в группах)

Оказать первую медицинскую помощь

У пострадавшего резаная рана в области правого плеча, кровь алого, ярко-красного цвета, которая выбрасывается из нее струей.

ЗАДАНИЕ 2 (Работа в группах)

Оказать первую медицинскую помощь

У пострадавшего обширная поверхностная рана в области груди, кровь вишневого темного цвета, вытекает струей медленно, спокойно.

ЗАДАНИЕ 3 (Работа в группах)

Оказать первую медицинскую помощь.

У пострадавшего рана в области лобной части головы, кровь темно-вишневого цвета, вытекает струей медленно, спокойно

ЗАДАНИЕ 4 (Работа в группах)

Оказать первую медицинскую помощь

У пострадавшего колотая рана в области правой стопы.

ЗАДАНИЕ 5 (Работа в группах)

Оказать первую медицинскую помощь

У пострадавшего боль, припухлость и кровоподтек в области правого коленного сустава, движение ограничено.

ЗАДАНИЕ 6 (Работа в группах)

Оказать первую медицинскую помощь

У пострадавшего рваная рана в области левого бедра, кровь алого цвета, вытекает струей.

Практическая работа 2. Способы остановки кровотечений.

Оборудование: жгут, бинты, часы.

Наложение кровоостанавливающего жгута (закрутки) на бедро и плечо.

Условия выполнения нормативов. «Пострадавший», которому накладывают жгут (закрутку), лежит в удобном положении. Учащийся держит развернутый жгут в руках. Материал для наложения закрутки находится на столе рядом. Жгут (закрутка) накладывается на одежду. На столе рядом лежат блокнот и карандаш. По заданию и команде преподавателя учащийся накладывается жгут (закрутку) на указанную область, указывает время его наложения (часы, минуты) и записку подкладывает под последний ход жгута (закрутки), контролирует отсутствие пульса на периферическом сосуде. Этим заканчивается выполнение норматива.

Возможные ошибки, снижающие оценку на 1 балл. Наложение жгута (закрутки) не на ту область (сторону); чрезмерное перетягивание конечности или наличие пульса на периферическом сосуде; не записано время наложения жгута (закрутки); наложение жгута (закрутки) на голое тело.

Время выполнения норматива. Наложение кровоостанавливающего жгута на плечо, бедро: отлично – 25 с, хорошо – 30 с, удовлетворительно – 35 с. Наложение закрутки на плечо, бедро: отлично – 45 с, хорошо – 50 с, удовлетворительно – 55 с.

Практическая работа 3. Переломы костей, их распознавание. Оказание первой помощи при переломах костей конечностей.

Оборудование: подручные средства, бинты, ремень, пояс.

Иммобилизация плеча, предплечья, бедра, голени подручными средствами при переломах.

Условия выполнения нормативов. При иммобилизации верхней конечности «пострадавший» сидит, при иммобилизации нижней конечности – лежит. Подручные средства иммобилизации: полоски фанеры, рейки и другие длиной 30–50 см, 70–150 см, а также бинты, косынки и вата – в нужном количестве лежат на столе.

Подбирают и подгоняют подручные средства иммобилизации сами учащиеся в соответствии с заданием.

Время на их подготовку не учитывается. Иммобилизация при переломах проводится без наложения повязки и поверх одежды.

Возможные ошибки, снижающие оценку на 1 балл. Плохо подогнаны подручные средства иммобилизации; неправильное положение, приданное конечности; имеется подвижность в двух близлежащих к перелому суставах (при переломах бедра неподвижными должны быть тазобедренный, коленный и голеностопный суставы); при иммобилизации плеча и предплечья рука не подвешена на косынке.

Время выполнения нормативов. Иммобилизация при переломе плеча: отлично – 4 мин, хорошо – 4 мин 30 с, удовлетворительно – 5 мин. Иммобилизация при переломе предплечья: отлично – 2 мин 40 с, хорошо – 3 мин 10 с, удовлетворительно – 3 мин 40 с. Иммобилизация при переломе бедра: отлично – 4 мин 45 с, хорошо – 5 мин 30 с, удовлетворительно – 6 мин. Иммобилизация при переломе голени: отлично – 4 мин, хорошо – 5 мин, удовлетворительно – 6 мин.

Практическая работа 4. Антропометрические исследования.

Оборудование: ростомер, напольные весы, сантиметровая лента, таблица (см Приложение 4)

1. Методики для определения физического развития человека

А) Измерить длину тела (рост стоя).

Измерение производится с помощью ростомера. Обследуемый становится спиной к вертикальной стойке ростомера. Пятки, ягодицы, менелопаточная область и затылок касались вертикальной плоскости. Голова устанавливалась в такое положение, при котором нижний край ягодицы и верхний край козелка уха находились на одной горизонтали. Скользящая планка ростомера опускалась до соприкосновения с головой.

Б) Измерить окружность грудной клетки.

Измерение производится сантиметровой лентой в трех состояниях: во время спокойного дыхания (в паузе), в положениях максимального вдоха и максимального выдоха. При наложении ленты обследуемый отводит руки в стороны, а затем опускает. На спине лента проходила под нижними углами лопаток, спереди – с области сосковой линии. Затем, не снимая ленты, измеряли окружность груди при максимальном вдохе и максимальном выдохе. После этого рассчитали разницу между величинами окружностей на вдох и на выдохе.

В) Измерить вес (массу) тела.

Измерение производится на медицинских весах.

Г) Рассчитать соматометрические индексы.

1.1. Определение типа сложения по индексу пропорциональности.

Индекс пропорциональности (ИП) между окружностью грудной клетки и ростом:

Окружность грудной клетки в паузе (см)

ИП = * 100%

Рост стоя (см)

52—54 % (для мужчин) и 50—52 % (для женщин) — нормальный тип сложения (нормостенический);
и менее 52-54 % (для мужчин) и 50-52 % (для женщин) — узкогрудый тип сложения (астенический);
и более 52—54 % (для мужчин) и 50—52 % (для женщин) — широкогрудый тип сложения (гиперстенический).

1.2. Определение крепости телосложения по индексу Пинье (ИП).

Индекс Пинье = рост (см) – вес (кг) – окр. гр. кл. на выдохе (см).

Индекс Пинье:

меньше 10 характеризует – крепкое телосложение;
меньше 10-20 характеризует – хорошее телосложение;
меньше 21-25 характеризует – среднее телосложение;
меньше 26-35 характеризует – слабое телосложение;
36 и более характеризует очень слабое телосложение.

1.3. Оценка гармоничности физического развития

Пользуясь таблицей, (см Приложение 4) определить размерные «категории», в которые попадают полученные значения показателей.

Таблица - Категории показателей физического развития

В столбцах таблицы указаны правые границы «коридоров» значений; значения больше правой границы 6-го «коридора» считать в составе 7-й категории.

Форма отчетности

1. Заполните таблицу.

испытуемый	Показатели роста	Показатели окружности грудной клетки			Показатели массы тела
		В паузе	При макс.вдохе	При макс. выдохе	

2. Оцените результаты.

Величина экскурсии грудной клетки у молодых здоровых людей обычно лежит в интервале от 6 до 9 см.

3. Сравните полученные вами данные со среднестатистическими данными таблиц.

4. Сделайте вывод о степени вашего физического развития.

Используя данные таблицы, найдите соответствующий «коридор» для каждого из ваших показателей (на пересечении возраста и ближайшего значения величины показателя). «Коридор» характеризует встречаемость показателя данного признака в различных половых и возрастных группах: чем больше номер «коридора», тем ближе ваши показатели к среднестатистическим данным.

Пример

1. Ваш возраст – 15 лет, длина тела – 160 см. «Коридор» № 4 (для мальчиков).
2. Ваш возраст – 14 лет, масса тела – 40 кг. «Коридор» № 3 (для девочек).

ПРИЛОЖЕНИЕ III.

ТЕСТОВЫЕ И КОНТРОЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ.

Тест: «Первая медицинская помощь при различных видах травм».

1 вариант

1. Инсульт происходит:
 - а. при ослаблении деятельности сердечной мышцы;
 - б. при нарушении сердечного ритма;
 - в. При резком сокращении притока крови к одному из участков мозга.

2. Какую информацию необходимо указать в записке, прикрепляемой к жгуту?
- а. фамилию, имя, отчество пострадавшего, время получения ранения;
 - б. дату и точное время наложения жгута;
 - в. фамилию, имя, отчество пострадавшего, время наложения жгута, фамилию, имя, отчество наложившего жгут.
3. Признаки клинической смерти – это отсутствие:
- а. сознания, реакции зрачков на свет, пульса на сонной артерии и дыхания;
 - б. слуха, вкуса. Наличие трупных пятен;
 - в. пульса и дыхания, окоченение конечностей.
4. Какое кровотечение является самым опасным?
- а. внутреннее;
 - б. артериальное;
 - в. венозное.
5. В прохладную погоду жгут накладывают не более, чем на:
- а. 30мин;
 - б. 60мин;
 - в. 90мин.
6. Как правильно снять одежду с пострадавшего при повреждении руки или ноги?
- а. сначала с поврежденной конечности, потом со здоровой;
 - б. сначала со здоровой конечности;
 - в. не имеет значения.
7. Определите, какие из нижеперечисленных являются признаками переломов:
- а. тошнота и рвота;
 - б. деформация и некоторое укорочение поврежденной конечности;
 - в. временная потеря зрения и слуха;
 - г. Появление сильной боли при попытке движения рукой или ногой.

Тест: «Первая медицинская помощь при различных видах травм».

2 вариант

1. Причинами инсульта могут быть:
 - а. мозговое кровотечение, блокирование кровеносного сосуда сгустком крови;
 - б. пороки сердца, инфаркт миокарда, сильное переутомление.
 - в. обширные внутренние кровотечения, повреждения головного и спинного мозга.

1. Совокупность мероприятий, направленных на предупреждение попадания микробов в рану.
 - а. антисептика;
 - б. асептика;

- в. дезинфекция.
1. Чем контролируется правильность наложения жгута?
 - а. цветом кожи на конечности;
 - б. цветом крови;
 - в. отсутствием пульса на периферическом сосуде.
 1. В теплую погоду жгут на конечности можно держать не более:
 - а. 30мин;
 - б. 1,5-2часа;
 - в. 2-3часа.
 1. Перед наложением давящей повязки на руку, необходимо:
 - а. промыть руку водой и обработать ее зеленкой.
 - б. обработать руку йодом.
 - в. обработать руку перекисью водорода или слабым раствором марганцовки.
 1. Как правильно надеть на пострадавшего куртку при ранении руки?
 - а. сначала на больную руку, затем на здоровую;
 - б. надевают на обе руки одновременно;
 - в. сначала на здоровую руку, затем на больную.
 1. Из приведенных действий выберете те, которые запрещаются при оказании первой медицинской помощи при переломах.
 - а. иммобилизовать поврежденные конечности;
 - б. вставлять на место и вправлять кости;
 - в. устранять искривление конечности;
 - г. Останавливать кровотечение.

Контрольный тест по теме «Оказание первой доврачебной помощи»

1. На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут в холодное время года?

- а) Не более получаса.
- б) Не более одного часа.
- в) Время не ограничено.

О т в е т: (а). Кровоостанавливающий жгут накладывается в холодное время года на срок не более 0,5 часа. Наложение жгута связано с прекращением кровообращения во всех нижележащих тканях. Более длительное прекращение кровообращения приводит к необратимым губительным изменениям в конечности ниже жгута по ходу кровеносных сосудов.

2. Что следует сделать в первую очередь для оказания помощи лежащему на земле пострадавшему без видимых наружных повреждений, но находящемуся в бессознательном состоянии?

- а) Поднести к носу ватку с нашатырным спиртом. Приподнять голову, дать питье.

б) Подложить под ноги валик. Дать анальгин или валидол.

в) Запрокинуть голову на затылок, открыть рот, при необходимости очистить ротовую полость от инородных масс, контролировать наличие дыхания и пульса, срочно вызвать «скорую медицинскую помощь».

О т в е т: (в). Если у пострадавшего нет наружных повреждений, но он находится в бессознательном состоянии, для обеспечения проходимости дыхательных путей следует запрокинуть назад голову, так как при отсутствии сознания происходит западание языка. Необходимо также контролировать наличие дыхания и пульса, чтобы вовремя начать искусственную вентиляцию легких или непрямой массаж сердца. Нужно немедленно вызвать «скорую медицинскую помощь».

3. Что следует сделать для оказания первой медицинской помощи пострадавшему при переломе ключицы?

а) Наложить две шины на плечо.

б) Подвесить руку на косынке.

в) Подвесить руку, согнутую под прямым углом, на косынке и прибинтовать к туловищу.

О т в е т: (в). С целью предотвращения смещения отломков ключицы, которое может привести к повреждению целостности кровеносных сосудов (подключичной артерии) и нервов, следует подвесить согнутую под прямым углом в локтевом суставе руку на косынке и прибинтовать ее к туловищу.

4. Как правильно снимать одежду с пострадавшего, получившего повреждение руки или ноги?

а) Одежду следует сначала снять с поврежденной конечности.

б) Одежду следует сначала снять с неповрежденной конечности.

в) Последовательность действий не имеет значения.

О т в е т: (б). Чтобы иметь возможность снять одежду с поврежденной конечности, не подвергая ее вынужденным движениям, нужно сначала аккуратно снять ее с неповрежденной конечности.

5. Что следует сделать в первую очередь при оказании помощи при обмороке?

а) Усадить пострадавшего.

б) Уложить и приподнять голову.

в) Уложить и приподнять ноги.

О т в е т: (в). Обморок – это состояние кратковременной потери сознания, не более 30–40 секунд, сопровождаемое резким падением давления. Приподнятое положение ног приводит к повышению притока крови к сердцу, улучшению кровоснабжения органов и повышению давления. Дополнительная помощь: обеспечить доступ воздуха, освободить от стесняющей одежды, дать понюхать нашатырный спирт.

6. Что необходимо предпринять при искусственной вентиляции легких «изо рта в рот»?

а) Выдвинуть подбородок пострадавшего вперед при запрокинутой на затылок голове.

б) Положить пострадавшего на бок.

в) Наклонить вперед голову пострадавшего.

О т в е т: (а).

7. В какой последовательности следует оказывать помощь пострадавшему, находящемуся в бессознательном состоянии, если у него прекратилось дыхание и сердечная деятельность?

а) Наружный массаж сердца, освобождение дыхательных путей, искусственная вентиляция легких.

б) Искусственная вентиляция легких, наружный массаж сердца, освобождение дыхательных путей.

в) Освобождение дыхательных путей, искусственная вентиляция легких, наружный массаж сердца.

О т в е т: (в).

8. В чем заключается первая помощь пострадавшему при шоке?

- а) Обрызгать лицо холодной водой, энергично растереть кожу лица, дать понюхать нашатырный спирт.*
- б) Уложить пострадавшего, укрыть, дать имеющиеся болеутоляющие средства, контролировать дыхание и пульс.*
- в) Придать пострадавшему положение лежа или полусидя, на лоб и затылок положить холодные примочки.*

О т в е т: (б).

9. Что следует сделать для оказания первой помощи пострадавшему при переломе плечевой кости?

- а) Наложить шину с наружной стороны плеча и туго прибинтовать руку к туловищу.*
- б) Наложить две шины с наружной и внутренней стороны плеча, подложить валик из мягкой ткани в подмышечную область, согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать косыночными повязками через шею и вокруг туловища.*

О т в е т: (б).

10. Как остановить кровотечение при ранении вены?

- а) Наложить давящую повязку на место ранения.*
- б) Наложить жгут выше места ранения.*
- в) Наложить жгут ниже места ранения.*

О т в е т: (а).

11. Как наложить шину при переломе костей голени?

- а) Наложить шину с внешней стороны ноги от стопы до тазобедренного сустава.*
- б) Наложить две шины с наружной и внутренней сторон ноги от стопы до середины бедра с фиксацией голеностопного и коленного суставов.*

О т в е т: (б).

12. Как остановить кровотечение при ранении артерии?

- а) Наложить давящую повязку на место ранения.*
- б) Наложить жгут выше места ранения.*
- в) Наложить жгут ниже места ранения.*

О т в е т: (б).

13. На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут в теплое время года?

- а) Не более получаса.*
- б) Не более одного часа.*
- в) Время не ограничено.*

О т в е т: (б).

14. Как правильно оказать первую помощь при вывихе конечности?

- а) Постараться вправить вывих и зафиксировать конечность.*
- б) Зафиксировать конечность в положении, которое она приняла после травмы, приложить к поврежденному суставу пузырь со льдом или холодной водой.*

О т в е т: (б).

15. Какие действия необходимо предпринять при носовом кровотечении у пострадавшего?

- а) Уложить пострадавшего на спину, вызвать врача.*
 - б) Придать ему положение полусидя, запрокинуть голову назад, обеспечить охлаждение переносицы.*
 - в) Придать ему положение полусидя, голову наклонить вперед, обеспечить охлаждение переносицы.*
- О т в е т: (в).

Тест по теме «Фармакология»

Отметить правильные ответы.

1. В Древней Руси основными советчиками в использовании лекарственных средств были:

- а) врачи;*
- б) странники;*
- в) знахари;*
- г) лекари;*
- д) волхвы.*

2. Понятие фармакокинетика включает:

- а) всасывание лекарственных веществ;*
- б) виды действия;*
- в) распределение лекарственных средств в организме;*
- г) фармакологические эффекты;*
- д) выведение лекарственных веществ из организма;*
- е) механизмы действия;*
- ж) депонирование лекарственных веществ.*

3. Энтеральные пути введения лекарственных веществ:

- а) внутрь;*
- б) внутримышечно;*
- в) подкожно;*
- г) ректально;*
- д) ингаляционно;*
- е) сублингвально.*

4. Для введения лекарственных веществ через рот характерно:

- а) быстрое развитие эффекта;*
- б) относительно медленное развитие эффекта;*
- в) возможность попадания лекарственных веществ в общий кровоток.*

5. К парентеральным путям введения относят введение веществ:

- а) под кожу;*
- б) внутримышечно;*
- в) сублингвально;*

г) внутривенно;

д) внутрь.

6. При повторных введениях лекарственных веществ возможно:

а) привыкание;

б) сенсibilизация;

в) индиосинкризия;

г) кумуляция;

д) лекарственная зависимость.

7. Выделение большинства лекарственных средств и продуктов, их биотрансформация из организма осуществляется:

а) преимущественно через почки;

б) в основном через кишечный тракт.

8. Синергизм означает:

а) усиление действия одного лекарственного средства другим;

б) ослабление действия одного лекарственного средства другим.

9. Фармакопея представляет собой:

а) свод стандартов и норм, определяющих качество лекарственных средств;

б) наука о взаимодействии химических соединений с живыми организмами;

в) выделение лекарственных веществ, являющихся продуктами жизнедеятельности грибов и микроорганизмов.

10. Рецепт – это:

а) письменное обращение врача в аптеку об отпуске больному лекарственного средства;

б) устные рекомендации по применению лекарственных средств.

11. К жидким лекарственным формам относятся:

а) растворы;

б) настои и отвары;

в) мази;

г) пасты;

д) настойки;

е) драже;

ж) эмульсии и суспензии.

12. Мягкие лекарственные формы:

а) порошки;

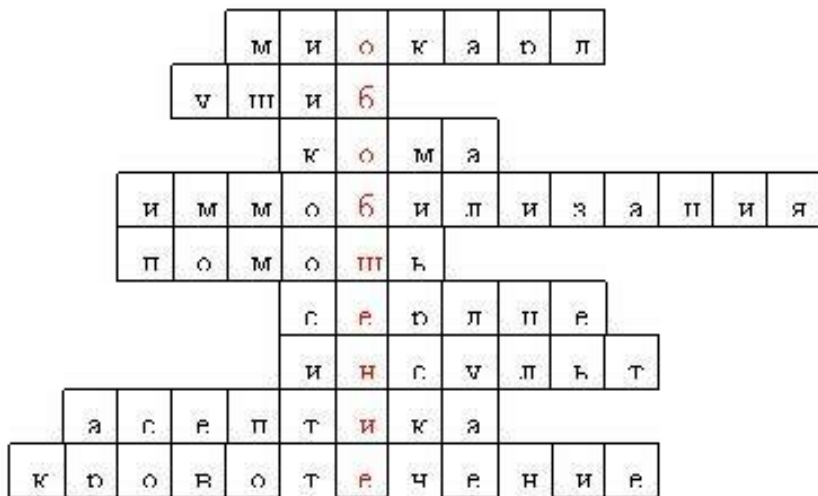
б) мази;

в) капсулы;

г) пасты.

Правильные ответы: 1 – б, в, д; 2 – а, в, д, ж; 3 – а, г, е; 4 – б, в; 5 – а, б, г; 6 – а, б, г, д; 7 – а; 8 – а; 9 – а; 10 – а; 11 – а, б, д, ж; 12 – б, г.

Кроссворд для проверки знаний



1. Сердечная мышца (*миокард*).
2. Повреждение тканей и органов без нарушения целостности покровов (*ушиб*).
3. Глубокий сон (*кома*).
4. Обеспечение неподвижности поврежденной конечности (*иммобилизация*).
5. Что необходимо оказать при получении травмы (*помощь*).
6. Орган кровеносной системы, создающий энергию движения крови (*сердце*).
7. Острое нарушение кровообращения в головном мозгу, вызывающее кровоизлияние в мозг (*инсульт*).
8. Профилактическое мероприятие, направленное против попадания микробов в рану (*асептика*).
9. Вытекание крови из поврежденных сосудов называется? (*кровотечение*).

ПРИЛОЖЕНИЕ IV

СИТУАЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

1. В результате автомобильной аварии молодой человек получил рану волосистой части головы. При осмотре теменной области слева обнаружена рана размером 3X5 см, края раны ровные, обильное кровотечение.

Определите вид раны пострадавшего. Перечислите объем первой доврачебной медицинской помощи.

Фамилия, имя очевидца происшествия	Вид раны пострадавшего	Объем первой медицинской помощи пострадавшему	Сумма баллов	Оценка
1	2	3	4	5

	1.Рваная 2.Укушенная 3.Резаная 4.Ушибленная 5.Размозженная 6.Колотая 7.Рубленая 8.Огнестрельная	1. Попытаться добиться от мужчины, на что он жалуется. 2.Быстро прижать большим пальцем височную артерию. 3. Наложить жгут на плечо. 4.Позвать окружающих на помощь. 5.Края раны на темени обработать йодом. 6.Перенести пострадавшего с проезжей части в безопасное место. 7.Промыть рану перекисью водорода. 8.Наложить на рану – стерильные салфетки. 9.Наложить соответствующие повязки. 10.Дать обезболивающее. 11.Вызвать скорую помощь.		
<i>(2 балла)</i>		<i>Каждый правильный ответ-1балл</i>		

Сумма баллов	0-4	5-6	7-8	9-10
оценка	«2»	«3»	«4»	«5»

2. Во время ремонта телевизора произошел разряд электрического тока. Мастер упал возле стола. Его рука продолжает крепко сжимать провода с деталями, видна рана в области кисти размером 2,5X2.0см, сильно загрязненная, кровотокающая.
Определите вид раны пострадавшего.Перечислите объем первой доврачебной медицинской помощи.

Фамилия, имя очевидца происшествия	Вид раны пострадавшего	Объем первой медицинской помощи пострадавшему	Сумма баллов	Оценка
1	2	3	4	5

	1.Резаная 2.Укушенная 3.Рваная 4.Ушибленная 5.Размозженная 6.Колотая 7.Рубленая 8.Огнестрельная (2 балла)	1. Дать обезболивающее. 2.Удалить из раны руками обрывки одежды. 3.Края раны обработать йодом. 4.Наложить на рану стерильную салфетку. 5.Промыть рану перекисью водорода. 6.Позвонить другу и позвать его на помощь. 7.Наложить давящую повязку на кисть. 8. Промыть рану водой. 9.Приподнять поврежденную руку. 10. Обесточить пострадавшего. 11.Вызвать скорую помощь. <i>Каждый правильный ответ-1балл</i>		
--	--	--	--	--

Сумма баллов	0-4	5-6	7-8	9-10
Оценка	«2»	«3»	«4»	«5»

3. Во время спортивных соревнований молодой человек получил травму коленного сустава. При осмотре: припухлость, болезненность в области коленного сустава, на его передней поверхности ссадина размером 3,х7,0см. Определите вид раны пострадавшего.Перечислите объем первой доврачебной медицинской помощи.

Фамилия, имя очевидца происшествия	Вид раны пострадавшего	Объем первой медицинской помощи пострадавшему	Сумма баллов	Оценка
1	2	3	4	5

	1.Резаная 2.Укушенная 3.Рваная 4.Ушибленная 5.Размозженная 6.Колотая 7.Рубленая 8.Огнестрельная	1. Дать обезболивающее. 2.Удалить из раны руками обрывки одежды. 3.Края раны обработать йодом. 4.Наложить на рану стерильную салфетку. 5.Промыть рану перекисью водорода. 6.Позвонить другу и позвать его на помощь. 7.Наложить давящую повязку на ногу. 8. Промыть рану водой. 9.Приподнять поврежденную ногу. 10. Обесточить пострадавшего. 11.Вызвать скорую помощь.		
	<i>(2 балла)</i>	<i>Каждый правильный ответ-1балл</i>		

Сумма баллов	0-4	5-6	7-8	9-10
Оценка	«2»	«3»	«4»	«5»

Ситуационные задачи

- Во время игры в футбол молодой человек получил рану локтевого сустава. При осмотре: по задней поверхности правого локтевого сустава рана размером 2,5 × 1,0 см, слегка кровоточащая, поверхностная. При пальпации определяется разлитая болезненность в области локтевого сустава. Перечислите объем первой медицинской помощи. Какую повязку нужно наложить пострадавшему?
- Обратился больной, у которого сбилась ранее наложенная повязка Дезо. Наложить повязку Дезо.
- По поводу острого гнойного заболевания молочной железы (мастит) хирургом произведена операция. Какую повязку нужно наложить больной? Перечислите этапы наложения повязки на молочную железу.
- Во время игры в футбол при столкновении с соперником молодой человек получил травму бедра. При осмотре: состояние удовлетворительное. На правом бедре виден обширный кровоподтек, окружность правого бедра на 2 см больше, чем левого (на том же

уровне). Пальпация мягких тканей бедра болезненна, боль усиливается при движениях. Поколачивание по пятке не вызывает усиления болей в месте повреждения. Укажите вид повреждения мягких тканей. Перечислите мероприятия первой медицинской помощи в данном случае.

5. Молодая женщина во время быстрой ходьбы случайно подвернула стопу. При осмотре в области голеностопного сустава –выраженная отечность, по наружной поверхности сустава – кровоподтек, этот же участок при пальпации резко болезнен, болезненность усиливается при движении. Осторожная осевая нагрузка на пятку безболезненна. Какой вид повреждения можно предположить? Перечислите мероприятия первой медицинской помощи в данном случае.

6. В результате падения на наружную поверхность левого плеча молодой человек почувствовал резкую боль в надплечье, усиливающуюся при незначительных движениях. При осмотре: общее состояние удовлетворительное. В области левой ключицы припухлость, деформация, резкая болезненность при пальпации. Пальпаторно определяется выступание наружной части ключицы кверху. При осторожном надавливании акромиальный (наружный) конец ключицы легко смещается книзу, а как только пальцы убирают, возвращается в прежнее положение. Какое повреждение можно предположить у данного пострадавшего? Перечислите мероприятия первой медицинской помощи.

7. Во время игры в футбол молодой человек почувствовал резкую боль в коленном суставе. При осмотре: в области коленного сустава отечность, выше надколенника – набухание тканей. Пальпация коленного сустава болезненна, особенно его медиальной поверхности. Активные движения в коленном суставе невозможны, его как бы «заклинило». Укажите предположительный вид повреждения в данном случае. Перечислите мероприятия первой медицинской помощи.

8. Мужчина упал навзничь, ударился затылком. Отмечает кратковременную потерю сознания, была однократная рвота. Жалуется на головную боль, головокружение, тошноту. При осмотре: больной вял, на вопросы отвечает с трудом. Кожные покровы несколько бледны. Пульс 68 ударов в минуту, ритмичный. В затылочной области – подкожное кровоизлияние, резкая болезненность при пальпации. Больной с трудом наклоняет голову. Какое повреждение можно предположить у данного пострадавшего? Перечислите мероприятия первой медицинской помощи.

ПРИЛОЖЕНИЕ V

СОПРОВОЖДЕНИЕ ЦОР

№	Тема	Название ЦОР	Описание
1.	Размышление о профессии врача	1. Презентация «Афоризмы о медицине и врачах» 2. Профориентационные тесты http://testme.org.ua/test/list/11 , http://www.effecton.ru/730.html 3. Профессиограммы http://www.dtn.nso.ru/main/articles/article/443/	1. Состоит из 7 слайдов, содержит афоризмы и цитаты Великих людей о медицине и врачах. 2. Ресурс Интернета, содержит тесты, пройдя которые можно определить профессиональные наклонности. 3. Ресурс Интернет содержит видеоролики о профессии – врач.
2.	Медицина – ровесница человечества. История медицины.	1. Презентация «История медицины в России» 2. Презентация о истории развития анатомии, физиологии и медицины» 3. Википедия «История медицины». http://ru.wikipedia.org/	1. Состоит из 27 слайдов, содержит информацию о истории мед. терминологии, истории развития медицины в России и о Великих русских врачах. 2. Состоит из 20 слайдов, содержит

		4.Единая коллекция ЦОР «История развития знаний о строении и функциях организма человека»	информацию о врачах и целителях Древней Греции, Древнего Рима и т.д. 3. Ресурс Интернет, содержащий энциклопедические сведения о истории медицины. 4.Содержит: иллюстрацию Авиценна, иллюстрацию Гиппократ, иллюстрацию М. Мальпиги, К. М. Бэр, Г. Бидлоо, слайдшоу. Пирогов Н. И.
3.	Врачи – наследники Гиппократа	1.Презентация «Моя профессия – врач» 2. Презентация «Профессия стоматолог» 3. Презентация «Профессия офтальмолог» 4.Профессиограммы http://www.dtzn.nso.ru/main/articles/article/443/	1.Содержит информацию о характере труда различных медицинских специальностей. 2. Содержит информацию о особенностях профессии врач - стоматолог. 3. Содержит информацию о особенностях профессии врач- офтальмолог и причинах и профилактике нарушения зрения. 4.Ресурс Интернет содержит видеоролики о различных специальностях
4. 5.	Медицинская сестра – главный помощник врача. История профессии.	1.Презентация «Медицинская сестра – главный помощник врача» 2.Профессиограммы http://www.dtzn.nso.ru/main/articles/article/443/	1.Содержит информацию о характере труда медсестры, видах медсестер, истории профессии. 2.Ресурс Интернет содержит видеоролики о профессии медицинская сестра.
6.	Общие сведения о десмургии. Виды повязок, наложение повязок.	1. Инструктивные карточки для практической работы 2. Карточки – задания. 3.Презентация «Виды ран и первая помощь при ранениях» 4.Видеофрагмент «Виды ран»	1. Содержат задания к практической работе. 2. предназначены для проверки умений накладывать повязки при различных видах травм. 3.Презентация содержит информацию о видах ран, правилах наложении повязок.
7.	Служба «Скорой помощи» - организация и персонал. Плюсы и минусы работы в «Скорой помощи».	1.Презентация «Первая помощь» 2.Профессиограммы http://www.dtzn.nso.ru/main/articles/article/443/	1.Состоит из 17 слайдов, содержит информацию о правилах оказания первой помощи при остановке дыхания, методики непрямого массажа сердца и видах первой помощи. 2. Интернет ресурс, содержит видеоролик о

	Виды первой помощи.		профессии фельдшер скорой помощи.
8.	Кровотечения, способы остановки кровотечений.	1. Презентация «Первая помощь при кровотечениях» 2. Единая коллекция ЦОР. Биология. 8 класс «Доврачебная помощь»	1. Состоит из 15 слайдов, содержит описание методики оказания первой помощи при различных типах кровотечений, содержит большое количество плакатов и иллюстраций. 2. Слайдшоу. Первая доврачебная помощь при кровотечениях
9. 10	Переломы костей, их распознавание. Способы временной иммобилизации.	1. Единая коллекция ЦОР. Биология. 8 класс «Доврачебная помощь»	1. Содержит следующие ресурсы: Слайдшоу. Первая доврачебная помощь при вывихах Видео. Первая доврачебная помощь при переломах Слайдшоу. Первая доврачебная помощь при растяжениях связок Слайдшоу. Правила транспортировки пострадавших
11 12.	Педиатрия. Педиатр – детский врач. Антропометрические исследования.	1. Единая коллекция ЦОР. Биология. 8 класс «Развитие человека. Возрастные изменения» 2. Карточки-инструкции для выполнения практической работы.	1. Содержит следующие ресурсы: Слайдшоу. Периодизация постэмбрионального развития человека Иллюстрация. Подростковый период. Формирование вторичных половых признаков. Интерактив. Тест (Возрастные процессы)
13.	Современные методы диагностики в медицине.	1. Презентация «Физика и медицина» 2. Видеоролики	1. Презентация содержит информацию о применении физиоаппаратов в диагностике и лечении заболеваний. 2. Содержат видеoinформацию о методах диагностики.
14	Основы гигиены и санитарии	Интернет ресурс: http://cgon.rosпотреbnadzor.ru/content/62/132/	Содержит информацию о правилах личной гигиены и практические советы
15	Гигиена дыхания и	Интернет ресурс	Содержит информацию о правильном

	питания	https://your-happy-life.com/gigiena-dyihaniya-10-pravil-na-polzu-zdorovya/ https://studbooks.net/1976494/meditsina/nasha_pischa_gigiena_pitaniya	питании. 10 правил гигиены дыхания
16.	Нетрадиционная медицина.	1. Презентация «Методы нетрадиционной медицины» 2. Интернет ресурс: http://revolution.allbest.ru/medicine/00161827_0.html	1. Презентация содержит информацию и иллюстрации о многочисленных методах нетрадиционной медицины. 2. Интернет ресурс содержит информацию о применении метода ароматерапии и др.
17.	Фототерапия. Лечение травами. Гомеопатия.	1. Презентация «Фармакология» 2. Презентация «Гомеопатия»	1. Презентация содержит материал о характере труда фармацевта, раскрываюся основные понятия в фармакологии. 2. Презентация содержит материал о развитии гомеопатии и методах.
18.	Здоровый образ жизни. Факторы, укрепляющие здоровье.	1. Презентация «Здоровый образ жизни» 2. Единая коллекция ЦОР. Биология. 8 класс. «Факторы риска и вредные привычки»	1. Презентация содержит характеристику основных факторов здоровья, анкету о здоровом образе жизни. 2. Содержит следующие ресурсы: Слайдшоу. Здоровый образ жизни. Интерактив. Отдых после умственной и физической работы. Слайдшоу. Физическая активность и закаливание организма.
19.	Куда пойти учиться?	1. Интернет-ресурсы: https://www.bsu.ru/university/departments/faculties/mi/ https://rbmed03.ru/	1. Содержит информацию о медицинских учебных заведениях региона

ПРИЛОЖЕНИЕ 6 ГЛОССАРИЙ

Антропометрия – это совокупность методов и приемов изучения морфологических особенностей человеческого тела.

Асептика – профилактическое мероприятие, направленное против попадания микробов в рану.

Биологическая смерть или **истинная** - необратимое прекращение физиологических процессов в клетках и тканях, при которой восстановление жизненных функций невозможно.

Врач — лицо, посвящающее свои знания и умения предупреждению и лечению заболеваний, сохранению и укреплению здоровья человека.¹ *Врач* — также лицо, получившее высшее медицинское образование по соответствующей специальности.

Вывих — нарушение конгруэнтности суставных поверхностей костей, как с нарушением целостности суставной капсулы, так и без нарушения, под действием механических сил (травма)

Гемостаз – правила и приемы, направленные на остановку кровотечения.

Гиппократ (греч. Ἱπποκράτης, лат. Hippocrates) (около 460 года до н. э., остров Кос — между 377 и 356 годами до н. э., Ларисса) — знаменитый древнегреческий врач. Вошёл в историю как «отец медицины».

Гиппократ является исторической личностью. Упоминания о «великом враче-асклепиаде» встречаются в произведениях его современников — Платона и Аристотеля. Собранные в т. н. «Гиппократовский корпус» 60 медицинских трактатов (из которых современные исследователи приписывают Гиппократу от 8 до 18) оказали значительное влияние на развитие медицины — как науки, так и специальности.

Гомеопатия представляет собой систему врачевания, ориентированную на человека, а не на заболевание, которым он страдает.

Доза (от греч. dosis - порция, доза) - количество биологически активного вещества, введенного каким-либо образом в организм, выраженное в единицах массы, объема или условных (биологических) единицах.

Десмургия (греч. *desmos* – связь, *ergon* – дело) – руководство к правильному наложению повязок на разные части тела.

Закрытый перелом – повреждение целостности кости без нарушения мышечных и кожных тканей.

Здоровье – это состояние физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

Иммобилизация – наложение шин для неподвижности поврежденных суставов.

Инсульт – острое нарушение кровообращения в головном мозгу, вызывающее кровоизлияние в мозг.

Кровотечение – излияние (выхождение) крови из кровеносного сосуда.

Кровопотеря – состояние организма, возникающее в результате потери определенного количества крови и характеризующееся появлением приспособительных и патологических реакций.

Клиническая смерть - состояние, при котором отсутствуют видимые признаки жизни (сердечная деятельность, дыхание), угасают функции центральной нервной системы, но сохраняются обменные процессы в тканях.

Медицина – наука о болезнях и их лечении.

Медицинская сестра – лицо среднего медицинского персонала, помощник врача в лечебно-профилактических учреждениях.

Народная медицина - включает в себя совокупность средств и приемов народного врачевания, выработанных в результате эмпирического опыта на протяжении всей истории человечества от возникновения человека (более 2 млн лет тому назад) до наших дней.

Педиатрия (от греч. παιδίον — ребёнок и греч. ιατρεία — лечение) по определению основоположника русской педиатрии С. Ф. Хотовицкого, данному в 1847 году в первом отечественном руководстве «Педиятрика»: «есть наука об отличительных особенностях, отправлениях и болезнях детского организма и основанном на тех особенностях сохранении здоровья и лечении болезней у детей». Основной задачей педиатрии является сохранение или возвращение (при болезни) состояния здоровья ребёнку, позволяющее ему максимально полно реализовать свой врождённый потенциал жизни.

Профессия (лат. *professio* — «официально указанное занятие, специальность») — род трудовой деятельности (занятий) человека, владеющего комплексом специальных теоретических знаний и практических навыков, приобретённых в результате специальной подготовки, опыта и стажа работы.

Повязка – комплекс средств, используемых с целью защиты ран и патологических измененных поверхностей кожи от воздействия внешней среды, а также использование перевязочного материала с целью обеспечения гемостаза и иммобилизации.

Перевязка – процесс наложения или смены повязки.

Перелом – повреждение целостности кости.

Перелом кости — полное или частичное нарушение целостности кости при нагрузке, превышающей прочность травмируемого участка скелета. Переломы могут возникать как вследствие травмы, так и в результате различных заболеваний, сопровождающихся изменениями в прочностных характеристиках костной ткани.

Пульс - периодическое толчкообразное расширение стенок артерий.

Растяжение связок — травма, возникающая вследствие воздействия на связочный аппарат сустава нагрузки, превышающей эластичность тканей.

Рана – повреждение, характеризующееся нарушением целостности кожных покровов, слизистых оболочек, а иногда глубоких тканей, сопровождающееся болью, кровотечением.

Сердечная недостаточность- патологическое состояние, характеризующееся недостаточностью кровообращения вследствие снижения насосной функции сердца.

Скорая медицинская помощь (СМП) — система организации круглосуточной экстренной медицинской помощи при угрожающих жизни состояниях и заболеваниях на месте происшествия и в пути следования в лечебно-профилактические учреждения.

Травма - повреждение тканей организма человека с нарушением их целостности и функций, вызванное внешним воздействием.

Ушиб – повреждение тканей и органов без нарушения целостности покрова.

Фармакология – это наука о взаимодействии химических соединений с живыми организмами. В основном она изучает лекарственные средства, применяемые для лечения и профилактики различных заболеваний и патологических состояний.

Фармакокинетика – это раздел фармакологии о всасывании, распределении в организме, депонировании, метаболизме и выведении веществ.

Фармакодинамика – наука, раздел фармакологии, изучающая биохимические эффекты и физиологические действия лекарств на тело человека, на микроорганизмы или паразитов, находящихся внутри тела человека или снаружи.

Фармакогенетика (греч. *pharmakon* лекарство и *генетика*) — раздел медицинской генетики и фармакологии, изучающий характер реакций организма на лекарственные средства в зависимости от наследственных факторов.

Фармацевт – специалист, который досконально знает процесс создания, состав и фармакологические свойства лекарственных препаратов.

Фельдшер — специалист со средним медицинским образованием, который имеет право проводить диагностику (устанавливать диагноз), проводить самостоятельное лечение или направлять пациента к узкому специалисту. Занимая соответствующие должности, имеет право выписывать рецепты.