

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Шаги в медицину»

№ п/п	месяц	число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
<b>Тема 1. Введение (2 ч)</b>								
1	09	03	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Введение. Вводный инструктаж по Т/безопасности. Здоровый образ жизни как комплекс оздоровительных мероприятий.	Каб. 320	Собеседование. Входное анкетирование
2	09	03	17.00-17.45	Беседа, демонстрация, практическая работа	1	Влияние биологических и социальных факторов на здоровье человека.	Каб. 320	Собеседование, упражнение, самостоятельная работа
<b>Тема 2. Здоровый образ жизни – основа здоровья и долголетия. Основные элементы здорового образа жизни (32 ч)</b>								
3	09	10	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Режим дня. Основные компоненты режима дня школьника.	Каб. 320	Собеседование, конспект
4	09	10	17.00-17.45	Беседа, демонстрация, практическая работа	1	Составление индивидуального рационального режима дня.	Каб. 320	Отчет
5	09	17	16.00-16.45	Практическая работа	1	Составление анкеты и проведение анкетирования старшеклассников о соблюдении режима дня. Обработка результатов анкетирования.	Каб. 320	Результаты анкетирования
6	9	17	17.00-17.45	Интерактивная лекция	1	Биоритмы как основа рациональной организации распорядка жизни человека.	Каб. 320	Конспект
7	09	24	16.00-16.45	Самостоятельная работа	1	Организация режима труда, отдыха и питания с учетом биологических ритмов. Составление рациональных режимов дня для различных возрастных групп.	Каб. 320	Мини-проект

8	09	24	17.00-17.45	Практическая работа	1	Определение индивидуального ритма работоспособности (по суточным показаниям температуры тела).	Каб. 320	Мини-проект
9	10	01	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Гиподинамия и ожирение — последствия малоподвижного образа жизни.	Каб. 320	Презентации и доклады
10	10	01	17.00-17.45	Семинар	1	Правильное питание и здоровье человека. Значение белков, жиров, углеводов, воды, минеральных веществ для организма человека. Потребность человека воде. Питьевой режим.	Каб. 320	Презентации и доклады
11	10	08	16.00-16.45	Практическая работа	1	Определение суточного расхода энергии. Определение суточной калорийности питания.	Каб. 320	Отчет
12	10	08	17.00-17.45	Интерактивная лекция	1	Заболевания, вызванные недостатком в организме минеральных веществ.	Каб. 320	Презентации и доклады
13	10	15	16.00-16.45	Практическая работа	1	Определение количества минеральных солей в суточном рационе, сопоставление с нормативами.	Каб. 320	Отчет
14	10	15	17.00-17.45	Интерактивная лекция	1	Заболевания, вызванные недостатком витаминов в организме.	Каб. 320	Презентации и доклады
15	10	22	16.00-16.45	Практическая работа	1	Определение содержания основных витаминов в суточном рационе, сопоставление с нормативами.	Каб. 320	Отчет
16	10	22	17.00-17.45	Беседа	1	Неправильное питание и его последствия. Анорексия, булимия, ожирение, нарушение обмена веществ.	Каб. 320	Опрос
17	10	29	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Режим питания.	Каб. 320	Презентации и доклады
18	10	29	17.00-17.45	Практическая работа	1	Составление индивидуального суточного меню	Каб. 320	Отчет Опрос

						согласно основным принципам здорового питания. Кулинарная обработка пищевых продуктов. Усвоение пищи. Пищевые добавки,		
19	11	05	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Гигиена питания. Болезни, передающиеся через желудочно-кишечный тракт. Предварительная обработка пищи.	Каб. 320	Презентации и доклады
20	11	05	17.00-17.45	Экскурсия	1	Экскурсия. Изучения причин и динамики желудочно-кишечных заболеваний в районе.	отдел здравоохранения	Отчет
21	11	12	16.00-16.45	Лекция	1	Личная гигиена и здоровье человека.	Каб. 320	Конспект
22	11	12	17.00-17.45	Беседа	1	Закаливание как средство оздоровления организма.	Каб. 320	Опрос
23	11	19	16.00-16.45	Семинар Практическая работа	1	Гигиенические требования к учебным помещениям. Гигиеническая оценка учебного помещения (оценка естественного и искусственного освещения, запыленности, влажности и движения воздуха).	Каб. 320	Тестирование Гигиенический паспорт помещения
24	11	19	17.00-17.45	Семинар	1	Гигиенические правила при работе с компьютером. Влияние компьютера на здоровье человека.	Компьютерный класс	Памятка
25	11	26	16.00-16.45	Практическая работа	1	Минимизация пагубного влияния электромагнитного излучения. Меры по снижению утомляемости зрения.	Каб. 320	Памятка
26	11	26	17.00-17.45	Семинар	1	Предупреждение появления проблем, связанных с заболеваниями мышц и суставов	Каб. 320	Памятка
27	12	03	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Вредные привычки и их влияние на организм человека.	Каб. 320	Тестирование
28	12	03	17.00-17.45	Беседа, демонстрация	1	Табакокурение. Никотиновая зависимость и ее воздействие на нервную, дыхательную	Каб. 320	Доклады

						и сердечно-сосудистую систему.		
29	12	10	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Влияние курения на здоровье женщины. Пассивное курение. Законодательство Российской Федерации об ограничении курения табака. Пропаганда знаний о вреде курения табака.	Каб. 320	Тестирование
30	12	10	17.00-17.45	Беседа	1	Токсикомания и наркомания.	Каб. 320	Опрос
31	12	17	16.00-16.45	Семинар	1	Токсическое воздействие алкоголя на организм человека. Взаимодействие алкоголя с лекарственными препаратами.	Каб. 320	Опрос
32	12	17	17.00-17.45	Семинар	1	Алкоголизм и его лечение.	Каб. 320	Доклады
33	12	24	16.00-16.45	Практическая работа	1	Практическая работа. Содержание токсических веществ в сигаретном дыме.	Каб. 320	Отчет
34	12	24	17.00-17.45	Экскурсия	1	Экскурсия. Изучение влияния вредных привычек на организм человека.	музей медицинского колледжа	Отчет
<b>Тема 3. Основы оказания первой медицинской помощи (22 ч).</b>								
35	01	14	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Организация оказания первой помощи в Российской Федерации. Понятие «первая помощь». Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, перечень мероприятий по её оказанию.	Каб. 320	Конспект
36	01	14	17.00-17.45	Семинар	1	Современные наборы средств и устройств, используемые для оказания первой помощи. Основные компоненты, их назначение. Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших.	Каб. 320	Опрос Тестирование
37	01	21	16.00-16.45	Самостоятельная работа	1	Основные правила вызова скорой медицинской помощи	Каб. 320	Опрос

				Беседа		и других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь. Основные признаки жизни у пострадавшего. Причины нарушения дыхания и кровообращения.		
38	01	21	17.00-17.45	Практическая работа	1	Отработка навыков оценки обстановки на месте происшествия. Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб.	Каб. 320	Решение ситуативных задач
39	01	28	16.00-16.45	Беседа, демонстрация, практическая работа	1	Особенности СЛР у детей. Отработка приёмов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств для искусственного дыхания.	Каб. 320	Решение ситуативных задач
40	01	28	17.00-17.45	Самостоятельная работа	1	Порядок оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей.	Каб. 320	Тестирование
41	02	04	16.00-16.45	Беседа, демонстрация	1	Цель и порядок выполнения обзорного осмотра пострадавшего.	медколледж	Опрос
42	02	04	17.00-17.45	Практическая работа	1	Отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего.	медколледж	Решение ситуативных задач
43	02	11	16.00-16.45	Интерактивная лекция Самостоятельная работа	1	Понятия «кровотечение», «острая кровопотеря». Признаки различных видов наружного кровотечения. Способы временной остановки наружного кровотечения.	Каб. 320	Конспект
44	02	11	17.00-17.45	Беседа, демонстрация	1	Понятие о травматическом шоке, причины и признаки. Мероприятия, предупреждающие развитие травматического шока. Цель и последовательность	Каб. 320	Собеседование

						подробного осмотра пострадавшего.		
45	02	18	16.00-16.45	Лекция Практическая работа	1	Травмы головы и шеи. Оказание первой помощи. Отработка приёмов фиксации шейного отдела позвоночника.	Каб. 320	Конспект Решение ситуационных задач
46	02	18	17.00-17.45	Беседа, демонстрация, практическая работа	1	Травмы груди, живота и таза. Оказание первой помощи. Отработка наложения окклюзионной повязки при ранении грудной клетки.	Каб. 320	Отчет
47	02	25	16.00-16.45	Беседа, демонстрация, практическая работа	1	Травмы конечностей, оказание первой помощи. Понятие «иммобилизация». Способы иммобилизации при травме конечностей. Отработка приёмов первой помощи при переломах.	Каб. 320	Решение ситуационных задач
48	02	25	17.00-17.45	Семинар	1	Иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация, с использованием медицинских изделий). Травмы позвоночника. Оказание первой помощи.	Каб. 320	Опрос
49	03	04	16.00-16.45	Беседа, демонстрация, практическая работа	1	Виды ожогов, их признаки. Понятие о поверхностных и глубоких ожогах. Отработка приёмов наложения повязок при ожогах различных областей тела. Применение местного охлаждения.	Каб. 320	Решение ситуационных задач
50	03	04	17.00-17.45	Беседа, демонстрация	1	Солнечный и тепловой удар. Понятие, признаки, первая помощь. Утопление. Виды, признаки, помощь.	Каб. 320	Доклады
51	03	11	16.00-16.45	Беседа, демонстрация, практическая работа	1	Холодовая травма, её виды. Основные проявления переохлаждения, отморожения, оказание первой помощи. Отработка приёмов наложения	Каб. 320	Решение ситуационных задач

						термоизолирующей повязки при отморожениях.		
52	03	11	17.00-17.45	Беседа, демонстрация	1	Электротравмы и их последствия. Первая помощь. Шок. Виды шоковых состояний. Классификация. Первая помощь при шоке.	Каб. 320	Опрос
53	03	18	16.00-16.45	Беседа, демонстрация	1	Отравления, пути попадания ядов в организм. Признаки острого отравления. Оказание первой помощи при попадании отравляющих веществ в организм.	Каб. 320	Тестирование
54	03	18	17.00-17.45	Семинар Практическая работа	1	Цель и принципы придания пострадавшим оптимальных положений тела. Отработка приёмов придания оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей	Каб. 320	Опрос Решение ситуационных задач
55	03	25	16.00-16.45	Семинар Практическая работа	1	Принципы передачи пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи	Медколл ледж	Решение ситуационных задач
56	03	25	17.00-17.45	Лекция	1	Психологическая поддержка. Цели оказания психологической поддержки. Общие принципы общения с пострадавшими, простые приёмы их психологической поддержки	Медколл ледж	Конспект
<b>Тема 4. «Светя другим, сгораю» (16 ч)</b>								
57	04	01	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Пациент — значит «страдающий». От рождения до смерти (медицинские специальности). История медицинской эмблемы. Латынь — универсальный язык медицины. Встреча с медработником.	Каб. 320	Конспект

58	04	01	17.00-17.45	Беседа. Встреча с медработником.	1	История медицинской службы. История болезни. Анамнез. Патологическая медицина. История болезни. Анамнез. Патологическая медицина. Современные представления о причинах болезней.	Каб. 320	Доклады Презентации
59	04	08	16.00-16.45	Семинар	1	Учебные заведения, готовящие медицинский персонал. Современная система здравоохранения. Знаменитые больницы: Н. Н. Бурденко, Н. В. Склифосовского, С. П. Боткина и др.	Каб. 320	Буклет
60	04	08	17.00-17.45	Семинар Практическая работа	1	Медицинские учреждения Серпухова. Практическая работа. Организм — зал славы великих анатомов. Знакомство с биографией ученых и работа с медицинским атласом.	Каб. 320	Доклады
61	04	15	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Современные методы исследований. Рентгеновский метод. Эндоскопия. Ультразвуковые методы диагностики. Магнитно-резонансная томография. Радиоизотопное сканирование.	Каб. 320	Презентации
62	04	15	17.00-17.45	Экскурсия. Практическая работа.	1	Как считают клетки крови? Микроскопия. Биопсия.	Лаборатория поликлиники	Отчет
63	04	22	16.00-16.45	Беседа с медработником	1	Процедурный кабинет. Стерилизация ран. Современные антисептики. Инъекции. Внутривенные инъекции.	Медицинский кабинет	Конспект
64	04	22	17.00-17.45	Интерактивная лекция	1	Открытие пеницилла А. Флемингом. Получение пенициллина З. В. Ермольевой и Т. И.	Каб. 320	Доклады



						Балезиной в блокадном Ленинграде.		
65	04	29	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Инфекционный кабинет. Зарождение эпидемиологии как науки. Способы передачи инфекций.	Каб. 320	Конспект
66	04	29	17.00-17.45	Семинар	1	Прививочный календарь. Пандемии чумы, гриппа, коронавируса.	Каб. 320	Памятка
67	05	06	16.00-16.45	Беседа, демонстрация	1	Терапия — «царица медицины». Инструменты врача. Методы диагностики: осмотр больного, перкуссия, пальпация, аускультации.	Каб. 320	Опрос
68	05	06	17.00-17.45	Практическая работа	1	Практическая работы. Инструменты врача: стетоскоп, фонендоскоп, тонометр. Измерение артериального давления. Подсчет пульса.	Медицинский кабинет школы	Отчет
69	05	13	16.00-16.45	Беседа, демонстрации	1	Хирургический кабинет. Работа Н. И. Пирогова в хирургии (эфирный наркоз, гипсовые повязки). Наложение гипсовой повязки.	Медколледж	Конспект
70	05	13	17.00-17.45	Беседа, демонстрации Практическая работа	1	Кабинет фтизиатра. Гиппократ — первый фтизиатр. Туберкулез. Рассматривание снимков легких. Флюорографическое исследование.	Медколледж	Отчет
71	05	20	16.00-16.45	Интерактивная лекция	1	Кабинет медицинской профилактики. Способы профилактики заболеваний. Гигиена — важная наука. Гигиена умственного и физического труда.	Каб. 320	Тестирование
72	05	20	17.00-17.45	Конференция	1	Итоговая конференция	Актный зал	Защита проектов