

# Дополнительная общеразвивающая программа «Человек и его здоровье»

*Возраст обучающихся: 14-18 лет*

*Срок реализации программы: 2 года*

**Педагог дополнительного  
образования**

***Голенкова Анна Валерьев***





**Программа призвана дать обучающимся основы знаний, умений и навыков по вопросам анатомии, физиологии и личной гигиены, профилактики заболеваний и несчастных случаев, выработать навыки оказания доврачебной (немедицинской) помощи при острых и хронических заболеваниях, травмах различного генеза.**

### Форма и режим занятий

Занятия групповые.

Проводятся: 2 раз в неделю по 2 часа (120 часов в год) на 1 году обучения, модуль «Наше тело»;

2 раза в неделю по 3 часа (140 часов в год) на 2 году обучения, модуль «Анатомия, физиология человека».

# Формат занятий

- Лекционные занятия, изучение/повторение теоретического материала
- Семинарские занятия: самостоятельная подготовка обучающегося, беседа, опрос, тестирование, викторины.
- Практические занятия: изучение материала на манекенах, приобретение и отработка навыков.
- Экскурсии.
- Участие в конкурсах.

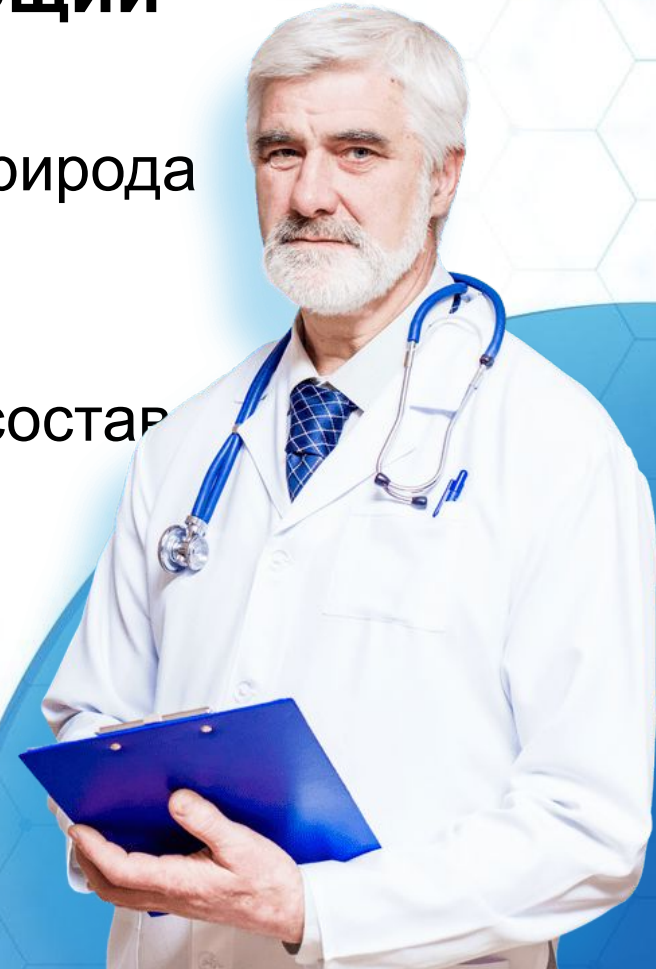




# Содержание модуля «Наше тело» (1 год обучения)

## Раздел 1. Организм человека. Общий обзор

- Тема 1.1. Биологическая и социальная природа человека.
- Тема 1.2. Клетка: строение, химический состав, жизнедеятельность.
- Тема 1.3. Ткани.
- Тема 1.4. Системы органов в организме.



# Раздел 2. Опорно-двигательная система



- Тема 2.1. Строение, состав и соединение костей.
- Тема 2.2. Скелет человека.
- Тема 2.3. Мышцы.

# Раздел 3. Внутренняя среда организма

Тема 3.1. Кровеносная система

# Раздел 4. Дыхательная система

Тема 4.1. Органы дыхания





## **Раздел 5. Питание и здоровый образ жизни**

- Тема 5.1. Органы пищеварения
- Тема 5.2. Обмен веществ и энергии

## **Раздел 6. Мочевыделитель ная система**

- Тема 6.1. Роль органов  
мочевыделения, их значение



# Раздел 7. Кожа

- Тема 7.1. Функции эндосперма, дермы и гиподермы.

# Раздел 8. Эндокринная система

- Тема 8.1. Гормоны и человеческий организм.





# Раздел 9. Нервная система



- Тема 9.1. Значение, строение и функционирование нервной системы.
- Тема 9.2. Анализаторы
- Тема 9.3. Поведение и психика.

# Модуль «Анатомия, физиология человека»

- **Организм человека:** Биогенные химические вещества, основные классы органических соединений, клетки.
- **Общий план строения тела:** части и области тела, взаимодействие систем организма: терморегуляция.
- **Обмен веществ и энергии:** метаболизм катаболизм и диссимиляция, анаболизм и ассимиляция.
- **Кровообращение:** сердечные заболевания.
- **Дыхание:** строение и функции органов дыхания, методы исследования и заболевания системы органов дыхания



- **Пищеварение:** строение и функции органов пищеварения, болезни пищеварительного тракта, гигиена зубов и полости рта.
- **Эндокринология:** эндокринная система, периферические эндокринные железы, заболевания эндокринной системы.
- **Иммунная система:** виды иммунитета, иммунодиагностика.
- **Воспроизведение :** половая система, биологическая основа пола, воспроизведение на разных уровнях организации живого.
- **Общая фармакология:** фармакология, фармакокинетика и фармакодинамика, лекарственные препараты



# Анкетирование и входное тестирование







## **1. Какую функцию**

### **выполняют почки у человека?**

- 1) удаление жидких продуктов распада
- 2) выведение из организма нерастворимых минеральных веществ
- 3) удаление из организма углеводов
- 4) превращение глюкозы в гликоген

## **2. Полушария, борозды и**

### **извилины имеются в**

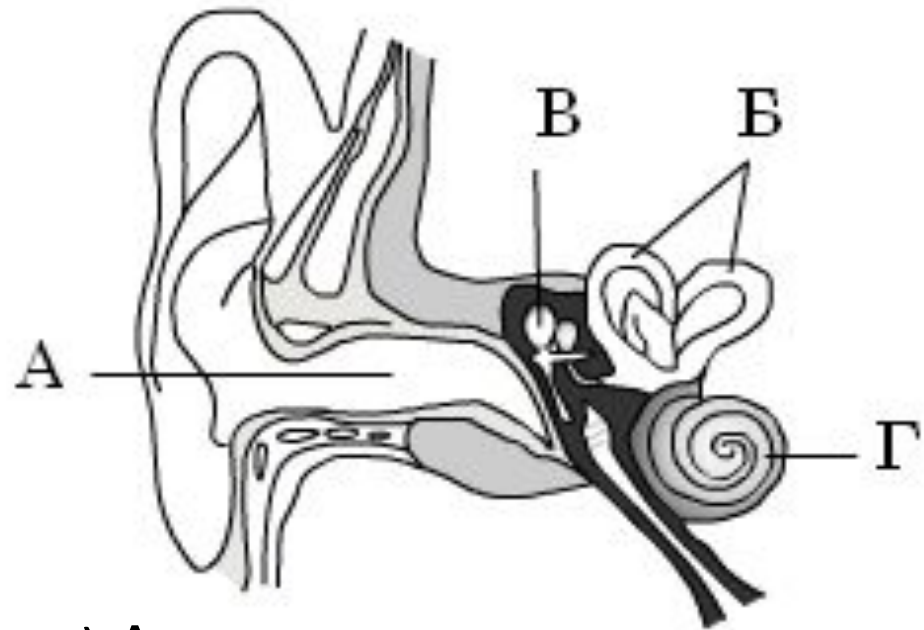
#### **строении:**

- 1) коры головного мозга
- 2) спинного мозга
- 3) моста
- 4) среднего мозга

- 1) А
- 2) Б
- 3) В
- 4) Г



**3. На рисунке изображена схема строения органов слуха и равновесия. Какой буквой на ней обозначен орган равновесия?**



- 1) А
- 2) Б
- 3) В
- 4) Г



**4. Рецепторы, воспринимающие свет, находятся в**

- 1) радужке
- 2) сетчатке
- 3) хрусталике
- 4) стекловидном теле

**5. Какой из перечисленных органов расположен в грудной полости тела человека?**

- 1) сердце
- 2) селезёнка
- 3) двенадцатиперстная кишка
- 4) поджелудочная железа



## **6. Какие кости относят к мозговому отделу черепа?**

- 1) теменные
- 2) носовые
- 3) скуловые
- 4) челюстные

## **7. Избыток глюкозы в печени у человека превращается в**

- 1) глицерин
- 2) аминокислоты
- 3) гликоген
- 4) жирные кислоты





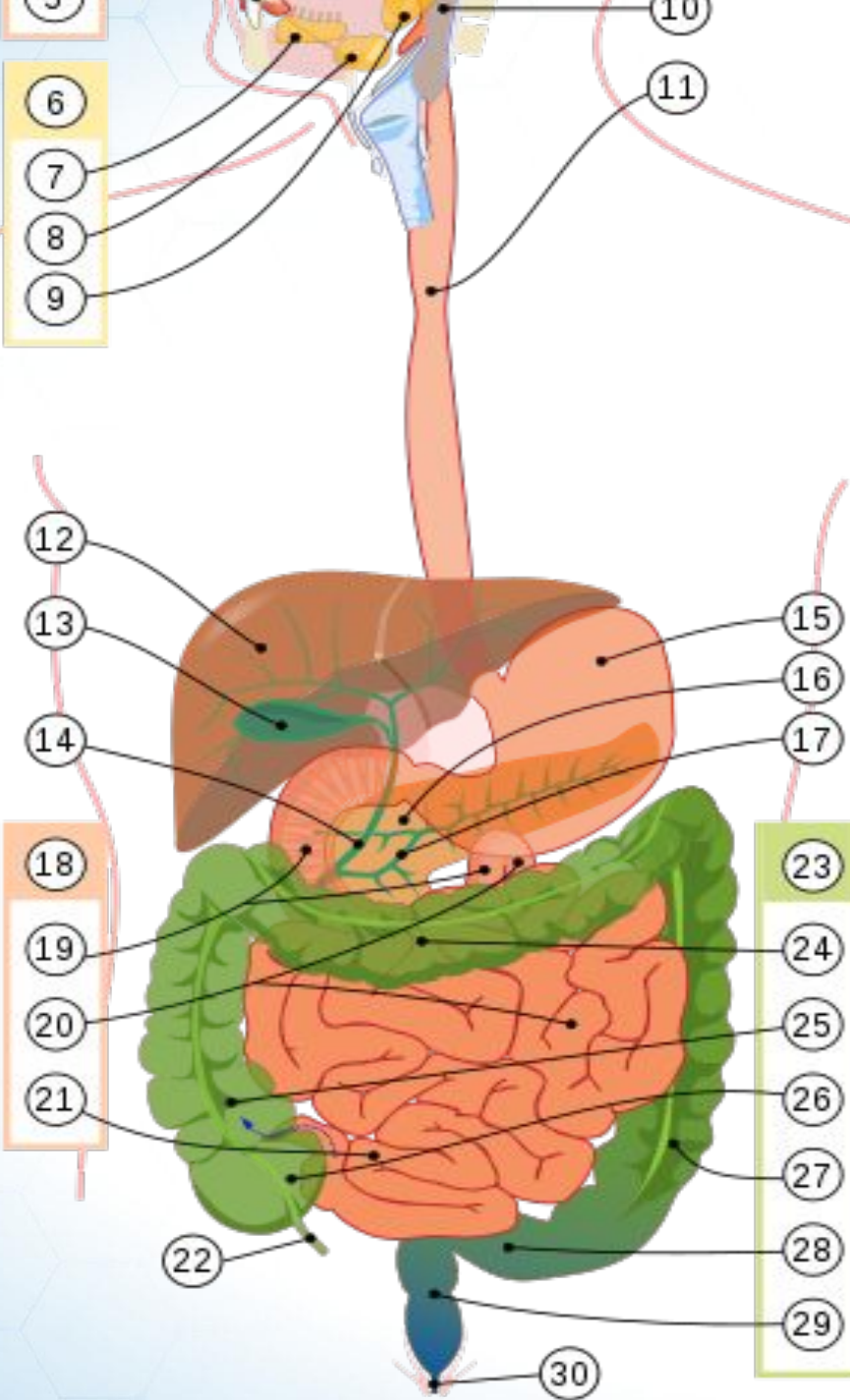
**8. В медицинской карте пациента часто можно увидеть следующую запись: АД 120/70 мм рт. ст. Что она обозначает?**

- 1) давление крови в артерии
- 2) частоту пульса до и после приседаний
- 3) рост человека стоя и сидя
- 4) содержание кислорода в крови

**9. Какой форменный элемент отвечает за свертываемость крови?**

- 1) эритроцитов
- 2) лейкоцитов
- 3) тромбоцитов
- 4) плазмы крови

**10. На картинке изображены  
желудочно-кишечного  
тракта.  
Под какой цифрой  
обозначен аппендикс?**



1. 13
2. 29
3. 22
4. 26