

ПРОГРАММА
учебного курса
«Основы медико-профилактического дела»
10 класс

10 часов

Москва

1. Планируемые результаты освоения учебного курса.

Личностные:

- понимать значимость работы санитарно-эпидемиологической службы;
- понимать ценность здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные:

- уметь работать с различными источниками информации;
- организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях.

Предметные:

- знать цели, задачи и структуру службы Роспотребнадзора РФ;
- понимать и объяснять основные принципы организации работы службы Роспотребнадзора РФ;
- понимать принципы здорового образа жизни;
- знать санитарно-гигиенические принципы организации образовательного процесса в школе;
- составлять оптимальный режим дня для школьников;
- знать особенности и нарушения пищевого поведения и меры профилактики расстройств пищевого поведения;
- понимать источники и причины стресса, знать меры профилактики стресса;
- различать группы инфекционных болезней в зависимости от вида возбудителя;
- понимать закономерности формирования эпидемического процесса и механизмы передачи инфекции;
- планировать меры профилактики относительно каждого звена эпидемического процесса;
- отличать характерные признаки заболеваний с воздушно-капельным механизмом передачи (грипп, COVID-19, корь, дифтерия, коклюш, менингококковая инфекция);
- проводить измерение школьной мебели на соответствие росту и возрасту обучающихся; проводить измерение и анализировать уровень шума, освещенности, температуры и влажности;
- правильно и безопасно использовать соответствующее лабораторное оборудование и реактивы, производить расчеты по химическим формулам и уравнениям, определять выход продукта и массы исходных веществ, необходимых для получения веществ заданного соединения;
- владеть техникой химического эксперимента, рационально использовать химические реактивы, соблюдать правила безопасной

работы при работе с веществами и химической посудой, лабораторным оборудованием;

- знать и применять методы количественного определения водорастворимых витаминов в лабораторных условиях;

2. Содержание учебного курса.

Санитарно-эпидемиологическая служба Российской Федерации.

Цели и задачи санитарно-эпидемиологической службы РФ. Символика и атрибутика. Структура и основные направления работы. История создания и развития государственной санитарно-эпидемиологической службы России.

Гигиенические подходы к формированию здоровья и здорового образа жизни.

Здоровье и здоровый образ жизни. Здоровьесберегающая среда. Основные санитарно-гигиенические принципы организации обучения в школе. Основные гигиенические требования, предъявляемые к школьной одежде и обуви.

Рациональное питание. Особенности и нарушения пищевого поведения.

Рациональное питание детей и подростков. Сбалансированное питание. Меню-раскладка. Технологическая карта блюда. Расстройства пищевого поведения (РПП). Причины РПП. Нервная анорексия. Компульсивное переедание. Булимия.

Школьная среда и факторы риска, влияющие на физическое развитие и здоровье обучающихся.

Образовательная среда. Факторы условий обучения. Факторы учебного процесса. Утомление и переутомление. Режим дня. Факторы общения. Стресс. Стрессоры. Профилактика стресса.

Инфекционные болезни.

Инфекция и инфекционный процесс. Антропонозы. Зоонозы. Сапронозы. Основные возбудители инфекционных болезней. Классификация инфекционных заболеваний. Свойства возбудителей инфекционных болезней. Патогенность. Вирулентность. Инвазия. Эпидемический процесс. Механизмы передачи инфекции. Заболевания с воздушно-капельным механизмом передачи инфекции. Профилактические мероприятия.

Факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека.

Микроклимат помещения: влажность и температура. Освещенность. Шум. Нормативные документы, регламентирующие параметры микроклимата, уровни освещенности и шума в жилых помещениях и на рабочих местах. Проведение измерений параметров микроклимата, уровней шума и освещенности.

Школьная мебель и группы роста учащихся.

Нормативы параметров мебели. Размеры учебной мебели. Цветовая маркировка. Оценка соответствия школьной мебели росту и возрасту обучающихся.

Витамины и их количественное определение.

Витамины: определение и классификация. Витамин С как представитель водорастворимых витаминов. Строение, свойства, его роль в ферментативных реакциях и обменных процессах. Источники витамина С в продуктах питания. Количественное определение витамина С в сезонных продуктах.

3. Тематическое планирование.

№ п/п	Тема	Количество часов
1.	Санитарно-эпидемиологическая служба Российской Федерации	1
2.	Гигиенические подходы к формированию здоровья и здорового образа жизни	1
3.	Рациональное питание. Особенности и нарушения пищевого поведения	1
4.	Школьная среда и факторы риска, влияющие на физическое развитие и здоровье обучающихся	1
5.	Инфекционные болезни	3
6.	Факторы окружающей среды, влияющие на здоровье человека	1
7.	Школьная мебель и группы роста обучающихся	1
8.	Витамины и их количественное определение	1
ВСЕГО:		10