

**Индивидуальный предприниматель
Варуха Людмила Ивановна**

Утверждаю
Л.И. Варуха


**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**«Полный онлайн-курс. Гипергидроз»
(естественнонаучная направленность)**

Форма обучения – заочная

Общее количество часов – 3,5 часов

Составитель:
Варуха Людмила Ивановна

г. Ставрополь, 2025 г.

1. Актуальность и отличительные особенности программы

Повышение качества жизни и укрепление здоровья человека на современном этапе развития цивилизации – одна из центральных задач любого государства. Здоровье человека начинается с получения начальных знаний о строении человека. Полученные знания позволяют заложить основу осознанного принятия здорового образа жизни. Знания основ анатомии и физиологии человека позволяют понять причины и следствия заболеваний и осложнений. Здоровый образ жизни является залогом здоровья нации в целом.

Данная программа является актуальной, так как дает возможность каждому обучающемуся использовать полученные знания, умения и навыки в дальнейшей жизни для поддержания собственного здоровья и может помочь в профессиональном самоопределении. Отличительными особенностями и новизной данной программы является то, что она носит практико-ориентированный характер в области медицины и изучения здоровья человека. Программа содержит теоретические и практические вопросы изучения человеческого организма, его физиологических функций, профилактики их нарушений, направлена на изучение патологий организма, формирование умений и навыков диагностики нарушений в критических ситуациях и оказания неотложной помощи. Наряду с этим программа дает знания по биологии и экологии человека.

Программа имеет естественнонаучную направленность, так как на занятиях в единстве рассматривается не только информация по анатомии, физиологии, которая служит самопознанию, самовосприятию и самоуважению, но и даются углубленные знания о здоровом образе жизни и его составляющих, формирование критического мышления, собственных стратегий и технологий, прогнозирование последствий нарушения здоровья учащегося.

Уровень освоения: базовый. Программа расширяет имеющиеся знания обучающихся по биологии, предусматривает изучение основ медицинских знаний.

Специфичность программы и заключается в непосредственном погружении обучающихся в окружающую их жизнь, применение полученных знаний по основам медицинской науки, а также умений и навыков по сохранению здоровья себе, своим близким, а также всем нуждающимся.

Педагогическая целесообразность:

Программа призвана повысить компетентность обучающихся в области медицинской диагностики, а также в фундаментальных вопросах общей биологии и медицине в процессе работы над исследовательской темой или проектом. Обучающиеся приобретают навыки поиска и обработки информации, обмен опытом. Выполнение исследований в области диагностики современных болезней человечества способствует также профориентации обучающихся.

Адресат программы:

Данная программа предназначена к реализации для обучающихся в возрасте старше 18 лет, желающих изучать азы медицинской науки, а также наделенным определенным багажом знаний в области медицины; планирующим связать свою деятельность с медициной, а также для всех желающих, кому важно собственное здоровье и умение оказывать помощь близким.

Для обучающихся, имеющим знания в области медицины возможно углубленное изучение данной программы.

Цель программы:

- формирование знаний и ценностей здорового образа жизни и правильных представлений о здоровье и функциях человеческого организма.

Задачи:

Образовательные (предметные):

- Обучить основным понятиям, терминам и определениям биологии человека, способствовать формированию системы доступных по возрасту медицинских знаний.
- Ознакомить с признаками нарушения физиологических процессов органов и

систем.

– Научить наблюдать и сопоставлять факты и закономерности в области анатомии и физиологии человека, заболеваний и их симптомов, показателей здоровья и функциональных возможностей организма.

– Содействовать приобретению навыков учебно-исследовательской деятельности по анатомии, физиологии и экологии человека.

– Формирование мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасности жизни, нравственно – психологического компонента здорового образа жизни.

– Проводить профориентацию на профессии в области медицины, анатомии и физиологии, медико-биологических дисциплин в целом.

– Умение применить полученные знания и навыки в разных областях

Развивающие (метапредметные):

– Развивать память и рациональное мышление, наблюдательность и произвольное внимание на материале медицины и смежных областей.

– Развивать интерес к мыслительной и творческой деятельности, расширению эрудиции и углублению знаний.

– Создать условия для расширения кругозора, познакомить с новейшими достижениями медицины и смежных наук.

Воспитательные (личностные):

– Способствовать воспитанию и самовоспитанию таких качеств личности как патриотизм, доброта, стремление помогать другим и принимать помощь, терпимость и готовность к сотрудничеству.

– Воспитать потребность в поддержании собственного здоровья и здоровья окружающих, готовность к оказанию простейшей и допустимой помощи.

Срок реализации программы:

рассчитан на 7 дней (1 неделя).

Объем программы:

общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы, составляет 3,5 учебных часов.

Теоретические и практические занятия проходят с применением исключительно дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

Все занятия имеют практико-ориентированный характер.

Прогнозируемые результаты.

Образовательные результаты (предметные): обучающиеся:

– будут знать основные понятия, термины и определения, овладеют начальными медицинскими знаниями;

– познакомятся с признаками нарушения физиологических процессов органов и систем, методами предупреждения возникновения и развития заболеваний, осложнений;

– научатся наблюдать и сопоставлять факты и закономерности в области анатомии и физиологии человека, заболеваний и их симптомов, показателей здоровья и функциональных возможностей организма;

– сформируется начальная мотивационная сфера гигиенического поведения, безопасности жизни, нравственно–психологического компонента здорового образа жизни и его пропаганды;

Практические умения, навыки, приобретаемые учащимися в процессе обучения:

– Знание строения и функций человеческого организма, отдельных органов и систем, составляющих здоровья человека.

– Умение опознавать некоторые нарушения функций организма и предупреждать развитие заболевания, осложнений.

– Навыки медицинской этики - формирование корректной модели поведения

Способы определения результативности:

Текущий контроль и промежуточная аттестация обучающихся:

тесты (количество правильных ответов на поставленные вопросы, качество ответа – содержание, полнота, точность),

2. Содержание программы

Учебный план

□ Для всех видов занятий 1 академический час устанавливается продолжительностью 40 минут.

№ п / п	Наименование модуля	Количество часов			Формы проведения промежуточно й аттестации
		Всего	Лекция	Практика / Тестиров ание	
1	Вводное занятие. Классификация гипергидроза, основные методы коррекции, этапы ведения пациента	0,5	0,5		
2	Подмышечный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	0,5		
3	Ладонный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	0,5		
4	Подошвенный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	0,5		
5	Гипергидроз паховой области. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	0,5		
6	Гипергидроз лица. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	0,5		

7	Гипергидроз волосистой части головы. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	0,5		тестирование
Итого		3,5	3,5		
Общая трудоемкость		3,5 академических часов			

1.1. Календарный учебный график

Наименование модуля	Количество часов	Период обучения
1. Вводное занятие. Классификация гипергидроза, основные методы коррекции, этапы ведения пациента	0,5	1 день
2. Подмышечный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	1 день
3. Ладонный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	1 день
4. Подошвенный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	1 день
5. Гипергидроз паховой области. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	1 день
6. Гипергидроз лица. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	1 день
7. Гипергидроз волосистой части головы. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	0,5	1 день

1.2. Рабочие программы модулей

Наименование модуля	Содержание модуля	Общая трудоемкость в ак. часах
1. Вводное занятие. Классификация гипергидроза, основные методы коррекции, этапы ведения пациента	Вводное занятие. Классификация гипергидроза, основные методы коррекции, этапы ведения пациента	
2. Подмышечный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	Подмышечный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА <ul style="list-style-type: none"> • Схемы безопасных разметок • Разведение ботулотоксина типа А • Безопасные дозировки • Техники введения 	
3. Ладонный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	Ладонный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА <ul style="list-style-type: none"> • Схемы безопасных разметок • Разведение ботулотоксина типа А • Безопасные дозировки • Техники введения 	
4. Подошвенный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение	Подошвенный гипергидроз. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА <ul style="list-style-type: none"> • Схемы безопасных разметок • Разведение ботулотоксина типа А • Безопасные дозировки • Техники введения 	1

дозировок, техника введения БТА		
5. Гипергидроз паховой области. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	Гипергидроз паховой области. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА <ul style="list-style-type: none"> • Схемы безопасных разметок • Разведение ботулотоксина типа А • Безопасные дозировки • Техники введения 	2
6. Гипергидроз лица. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	Гипергидроз лица. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА <ul style="list-style-type: none"> • Схемы безопасных разметок • Разведение ботулотоксина типа А • Безопасные дозировки • Техники введения 	4
7. Гипергидроз волосистой части головы. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА	Гипергидроз волосистой части головы. Этапы процедуры, проба Минора, определение степени гипергидроза, разметка, назначение дозировок, техника введения БТА <ul style="list-style-type: none"> • Схемы безопасных разметок • Разведение ботулотоксина типа А • Безопасные дозировки • Техники введения 	1

Материально-техническое обеспечение программы

Для реализации программного материала имеется следующее материально-техническое оборудование: Точка беспроводного доступа в интернет (Wi-Fi), компьютер с монитором (1), ноутбук (1), многофункциональное устройство (1).

Информационное обеспечение

- Фото- и Видео-материалы с Интернет-источники:
- Российская государственная библиотека.

Список литературы

Нормативная правовая документация

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (действующая редакция).
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
3. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 5 мая 2018 г. N 298 н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых".

Учебно-методическая литература

1. Агаджанян Н.А. Резервы нашего организма / Николай Агаджанян, Алексей Катков. - 3-е изд., испр. и доп. - М. : Знание, 1990. - 140 с.
2. Занимательные материалы и факты по анатомии и физиологии человека в вопросах и ответах. 8-11 классы / авт.-сост. М.М.Боднарук, Н.В.Ковылина. – Волгоград: Учитель, 2007. – 138 с.
3. Носаль М.А., Носаль М.М. Травник, Дом. библ-ка, 7.- М.: Издательство «Лукоморье», Темп МБ, 1999 – 319 с.
4. Популярный медицинский справочник. [Под общ.ред. С.Н.Васильева]. – 2-е изд., перераб. – М.: Вече, 2015. – 352 с.
5. Справочник практического врача/ Сост. В.И.Бородулин; Под ред. А.И.Воробьева. – 9-е изд., перераб. и доп. – М.: ООО «Издательский дом «ОНИКС 21 век»; ООО «Издательство «Мир и Образование», 2003. – 816 с. 10. Человек : полная энциклопедия /Ю.К.Школьник – М.: Эксмо, 2020. – 256 с
6. Азбука ботулинотерапии / под редакцией С.Л Тимербаевой - Издательство Практическая медицина, 2018
7. Руководство по ботулинотерапии / Под редакцией А.Каррадерз и Д.Каррадерз Перед с английского под редакцией С.Л Тимербаевой – Издательство Практическая медицина, 2015

Интернет-ресурсы

1. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" (ИС "Единое окно "): <http://window.edu.ru>.
2. Естественно –научный образовательный портал: <http://www.en.edu.ru/>.
3. Сайт «Элементы большой науки»: <http://www.elementy.ru>
4. "Анатомия здоровья". <https://anatomiya-zdoroviya.ru/vse-o-zdorove>
5. "Основы медицинских знаний" <http://abc-medicina.ru/>