

Министерство образования Свердловской области
Муниципальный орган «Управление образования ГО Краснотурьинск»
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №17»

Принята на заседании
педагогического совета
МАОУ «СОШ №17»
Протокол № 2
от 27.08.2025 г.

Утверждаю:
Директор МАОУ «СОШ № 17»
 /Ивашева Е.В./
Приказ №229-ОД от 27.08.2025г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
естественнонаучной направленности
«Секреты и лайфхаки студентов-медиков»**

Возраст обучающихся: 16-17 лет
Сроки реализации: 1 год (306 часов)

Автор-составитель:
Устинова А.А.,
педагог дополнительного
образования

МО Краснотурьинск

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «Секреты и лайфхаки студентов-медиков»

2.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовые основания для проектирования дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ

Дополнительная общеобразовательная программа «секреты и лайфхаки студентов-медиков» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями по вопросам воспитания обучающихся от 31.07.2020 №304 –ФЗ);
2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. №1726-р);
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
4. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. Устав Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 17».

2.1.1. Направленность программы: Программа «Секреты и лайфхаки студентов-медиков» имеет естественнонаучную направленность. Нацелена на облегчение адаптации учащихся к первым курсам медицинского института, обучению общим фундаментальным медицинским дисциплинам, повышение интереса к медицине и подготовки будущих студентов к интенсивному графику и требованиям медицинского института.

2.1.2. Актуальность программы: высокая нагрузка и специфика медицинского образования требует глубоких знаний, развития практических навыков и устойчивости к стрессу. Уже на первых курсах студенты сталкиваются с огромным объемом информации, сложными дисциплинами и ограниченным временем для её усвоения. Данная программа позволит сократить адаптационный период, избежать стресс и быстрее включиться в учебный процесс, а также научит работать в команде, управлять временем и развивать необходимые навыки. Знакомство с общими фундаментальными медицинскими дисциплинами, а также внедрение интерактивных методов обучения, таких как симуляционные игровые занятия, решения клинических ситуаций, семинары, позволят школьникам лучше понять специфику будущей специализации и принять верное решение при выборе профессии.

2.1.3. Отличительной особенностью общеразвивающей программы является:

1) Практико-ориентированный подход

Программа сочетает теоретическую подготовку с практическими заданиями, включая работу с виртуальными симуляторами и манекенами. Это позволяет учащимся получить реальный опыт взаимодействия с медицинскими ситуациями, что особенно важно для будущих врачей.

2) Заранее знакомство с медицинскими дисциплинами

Учащиеся изучают основы анатомии, физиологии, биохимии и других ключевых дисциплин, что поможет им лучше ориентироваться в медицинском институте.

3) Развитие навыков личностного роста

В рамках программы учащиеся осваивают навыки управления временем, стресс-менеджмента, работы в команде и эффективной коммуникации. Это делает их более уверенными и подготовленными к учебе и будущей профессиональной деятельности.

4) Интерактивные и современные методы обучения

Использование игровых технологий, виртуальной реальности и имитационных тренингов делает процесс обучения более наглядным, интересным и запоминающимся.

5) Фокус на интерес и мотивацию

Программа разработана так, чтобы вызывать у учащихся интерес к медицине и учебе, что способствует их дальнейшему профессиональному развитию.

2.1.4. Адресат общеразвивающей программы – обучающиеся 10-11 классов (15-17 лет), в количестве 15 человек. Дети, которые посещают занятия, разного уровня мотивации к обучению, разного уровня развития, заинтересованные медициной.

2.1.5. Объем общеразвивающей программы – общее количество часов, запланированное на реализацию программы - 306 часов в год.

Срок освоения программы – один год.

2.1.6. Особенности организации образовательного процесса

Режим занятий: продолжительность одного академического часа 40 минут,

Перерыв между учебными занятиями 10 минут/

Формы обучения: очная.

Форма организации образовательного процесса: групповая, индивидуальная, индивидуально-групповая работа.

Форма реализации образовательной программы: традиционная модель реализации программы.

Перечень форм проведения занятий: лекции, семинары, дискуссии, мастер-классы, практические занятия, экскурсии, исследовательская деятельность.

Формы подведения итогов: семинары, практическая работа, участие в научно-практических конференциях.

2.2. Цель и задачи общеразвивающей программы «секреты и лайфхаки студентов-медиков»

Цель программы: облегчить адаптацию учащихся к первым курсам медицинского института, обучить учащихся общим фундаментальным медицинским дисциплинам, повысить интерес к обучению и подготовить студентов к жизни в медицинском университете.

Задачи программы:

- Познакомить учащихся с медициной как наукой, объектами изучения, формами организации клинических отделений городской больницы.
- Формирование знаний, умений, навыков работы учащихся с различными направлениями медицинской деятельности.
- Развивать умения анализировать и оценивать деятельность медицинских сотрудников разных специализаций и специальностей.
- Прививать устойчивый интерес к работе медицинского работника.

- Расширить кругозор ученика показав деятельность не медицинских специальностей, но тесно связанных со здравоохранением.
- Воспитание совокупности ценностей, убеждений и установок молодого человека, определяющих его при выборе медицинской профессии

2.3 Планируемые результаты:

Метапредметные результаты

В результате освоения программы обучающиеся сформируют:

- Самостоятельно ставить учебные цели и задачи, планировать пути их достижения (например, составлять индивидуальный учебный план подготовки к экзаменам).
- Осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата (самоконтроль при изучении сложного материала).
- Корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией (адаптировать методы обучения под разные дисциплины).
- Устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение и делать выводы (применять алгоритмы диагностического мышления на простейших примерах).
- Владеть навыками смыслового чтения и работы с информацией: находить информацию в медицинских источниках, анализировать, структурировать, преобразовывать текст в схемы, таблицы, ментальные карты.
- Использовать различные методы познания (наблюдение, сравнение, моделирование) для изучения эффективных учебных стратегий.
- Эффективно сотрудничать в группе: организовывать и планировать учебное взаимодействие, распределять роли, договариваться и приходить к общему решению.
- Применять техники эффективной презентации и самопрезентации (подготовка и защита мини-проекта по выбранной теме).
- Развивать навык публичного выступления и уверенного ответа на вопросы.

Личностные результаты

- Готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию в области медицины и естественных наук.
- Сформированность внутренней позиции будущего абитуриента и студента-медика, осознание специфики и требований медицинского образования.
- Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и педагогом в процессе учебно-исследовательской и проектной деятельности.
- Осознание ответственности за результаты своего обучения, понимание важности систематической и эффективной работы для достижения цели.
- Позитивное и осознанное отношение к будущей профессии, понимание ее высокой социальной значимости, сложностей и этических аспектов.

Предметные результаты

В результате освоения программы обучающиеся будут знать и владеть:

- Знать и уметь применять на практике базовые принципы тайм-менеджмента и борьбы с прокрастинацией, специфичные для обучения в медицинском вузе.
- Владеть навыками конспектирования (методы Корнелла, скоростное конспектирование) и структурирования информации.
- Знать особенности учебного процесса в медицинском вузе (сессионный режим, работа с латинской терминологией, построение взаимоотношений с преподавателями).

- Владеть базовыми алгоритмами поиска и верификации достоверной медицинской информации в открытых источниках.
- Иметь практический опыт применения изученных "лайфхаков" для решения конкретных учебных задач (например, запомнить блок терминов, подготовиться к семинару).
- Создавать свой собственный "набор инструментов" (индивидуальную образовательную стратегию) для успешного старта в медицинском вузе.

2..4. Содержание общеразвивающей программы Учебный (тематический) план

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	теоретиче- ские	практич- еские	
1	Вводный модуль: Старт в медицинской карьере Введение в профессию. Мифы и реальность медицинского образования.	9	6	3	Круглый стол, анкетирование
2	Постановка личных учебных и карьерных целей (SMART-технологии).	9	2	7	Защита индивидуального плана развития
	Модуль 2: Навыки современного студента-медика	45	13	32	
3	Максимальное усвоение лекционного материала: методы конспектирования (Корнелл, ментальные карты, скоростное письмо).	18	4	14	Практикум: преобразование сложного текста в конспект
4	Работа с учебной литературой. Скорочтение и смысловой анализ.	9	3	6	Тест на скорость и понимание прочитанного
5	Латинский язык без паники: мнемотехники и лайфхаки для запоминания терминов.	9	3	6	Контрольный срез терминологии (словарный диктант, карточки)
6	Цифровые инструменты медика: от Anki до специализированных программ и приложений.	9	3	6	Презентация собственной настроенной системы цифровых карточек.
	Модуль 3. Тайм-менеджмент и ресурсное состояние	45	15	30	

7	Планирование семестра и сессии. Борьба с прокрастинацией.	18	6	12	Разработка личного плана на "идеальную сессию"
8	Режим дня, питание, сон и физическая активность для высокой продуктивности.	9	3	6	Ведение дневника самочувствия в течение недели
9	Управление стрессом и эмоциональное выгорание: техники профилактики.	18	6	12	Тренинг, разбор кейсов, симуляционные занятия на управление стрессом
	Модуль 4: Технологии эффективного запоминания	54	18	36	
10	Мнемотехники: запоминание цепочек, чисел, классификаций, препаратов.	18	6	12	Практический кейс: запомнить и воспроизвести классификацию препаратов
11	Метод пространственного повторения (Spaced Repetition) и работа с карточками (Anki).	18	6	12	Создание и защита собственных карточек для повторения по заданной теме
12	Визуализация и ассоциативные ряды для изучения анатомии и гистологии.	18	6	12	Творческий проект: создание ассоциативной карты по теме (напр., мышцы руки)
	Модуль 5: Фундаментальные дисциплины медицины	108	54	54	
13	Латинский язык	18	9	9	Словарь основных слов. Падежи латинского языка.
14	Основы гистологии	18	9	9	Строение клетки и ткани.
15	Основы физиологии	18	9	9	Физиология органов и систем. Лабораторные работы по системе кроветворения.
16	Основы анатомии	18	9	9	Основные системы организма.

					Практика: Виртуальные туры по анатомии, интерактивные
17	Основы фармакологии	18	9	9	Основные биохимические процессы и введение в фармакологию. Практика: написание рецептов на латинском языке.
18	Основы патологической анатомии и патологической физиологии	18	9	9	Общая патофизиология и патоанатомия: воспаление, аллергия, нарушения обмена веществ Практика: кейс- задачи
	Модуль 6: Практическое применение знаний	36	6	30	
19	Решение клинических задач и кейсов: алгоритмы мышления.	9	3	6	Кейс-методы, написание историй болезни, разбор клинических ситуаций.
20	Навыки презентации и публичного выступления: защита рефератов, докладов	9	3	6	Выбор темы проекта, 7 принципов успешной защиты доклада.
21	Разработка и защита итогового проекта: "Индивидуальная образовательная стратегия успешного студента-медика".	18	0	18	Студенты делятся впечатлениями и результатами. Презентации проектов перед аудиторией.
	ИТОГО	306	114	192	

Содержание учебного (тематического) плана

Вводный модуль: Старт в медицинской карьере

Погружение в мир медицины. Разберемся, как устроено медицинское образование в России, какие специальности существуют и как выбрать свою. Честно поговорим о плюсах, минусах и главных вызовах профессии. Поставим первые карьерные цели.

Модуль 2: Навыки современного студента-медика

Освоим главный инструментарий успешного учебы. Научимся работать с научными текстами, конспектировать лекции с помощью ментальных карт и методов Корнелла, а также использовать цифровые сервисы и приложения для эффективного обучения.

Модуль 3. Тайм-менеджмент и ресурсное состояние

Узнаем, как планировать нагрузку, готовиться к сессии без паники и побеждать прокрастинацию. Научимся техникам управления временем, чтобы избежать выгорания и сохранить здоровье — свой главный актив будущего врача.

Модуль 4: Технологии эффективного запоминания

Раскроем секреты запоминания огромных объемов информации. Освоим мнемотехники, метод ассоциаций и работу с карточками (Anki). Научимся легко учить латинские термины и сложные классификации.

Модуль 5: Фундаментальные дисциплины медицины

Узнаем, как устроены ключевые предметы медицинского вуза: анатомия, гистология, биохимия. Получим лайфхаки по их освоению и научимся видеть связи между теорией и будущей практической работой.

Модуль 6: Практическое применение знаний

Отработаем все навыки на практике. Будем решать клинические задачи, искать и анализировать медицинскую информацию, как это делают настоящие врачи. Подготовим и защитим итоговый проект — свой первый шаг в профессию.

3. Организационно-педагогические условия

3.1 Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	34
2	Количество учебных дней	102
3	Количество часов в неделю	9
4	Количество часов	306
5	Недель в I полугодии	15
6	Недель в II полугодии	19
7	Начало занятий	02.09.
8	Каникулы	27.10.- 04.11., 29.12.- 11.01.26, 23.03.-29.03
9	Выходные дни	23.02, 08.03.
10	Окончание учебного года	27.05.26

3.2. Условия реализации программы.

- **материально-техническое обеспечение** – интерактивная доска, компьютер, принтер, колонки;

- **методические материалы** - применение игровых технологий, применение приложений: «HumanAnatomy», «Пирогов». Специализированные сайты для демонстраций материала: <https://histology.rosmedlib.ru/> технологии смыслового чтения, технологии развития критического мышления через письмо и чтение. Организация профориентационной работы в школе: Методическое пособие. — Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гос. ун-та, 2013. — 362 с.

3.3. Формы аттестации/ контроля и оценочные материалы

Формы контроля:

Текущий: практические работы, тестирование, участие в тренингах и дискуссиях.

Итоговый: защита индивидуального или группового проекта.

4. Список литературы

1. Организация профориентации на медицинские специальности в школе: учебное пособие для вузов / Р. И. Айзман [и др.]; под общей редакцией М. И. Воеводы, В. М. Чернышева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 466 с. — (Высшее образование).
2. Организация профориентационной работы в школе: Методическое пособие. — Нижневартовск: Изд-во Нижневарт. гос. ун-та, 2013. — 362 с.
3. Катерина Гордеева: Не делать больно — я думаю, в этом и состоит любовь. 22.05.2018 <https://www.pravmir.ru/katerina-gordeeva-ne-delat-bolno-ya-dumayu-v-etom-i-sostoit-lyubov/>
4. Суровцева К.А., Андропова Т.А., Бондарь Г.Д. О МОТИВАЦИИ ВЫБОРА ПРОФЕССИИ ВРАЧА // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. — 2019. — № 2. — С. 53-56; <https://appliedresearch.ru/ru/article/view?id=12670>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 203213900564843355954824568531281433305066908348

Владелец Ивашева Елена Владимировна

Действителен с 07.10.2024 по 07.10.2025