

Ainevaldkond: Gümnaasiumi valikaine

Aine: Praktiline meditsiin

Klass/Kursus: gümnaasiumi valikkursus (35 tundi)

Toimumine: 2 korda kuus 2 tundi korraga

Hindamine: Hindamise eesmärk on tagada, et õpilased on saavutanud kursuse eesmärgid ja on valmis rakendama oma teadmisi ja oskusi reaalses elusituatsioonides. Hindamine on kujundav, toetades õpilaste pidevat arengut kogu kursuse vältel.

Arvestus praktiliste oskuste ja lõpuprojekti põhjal.

TEEMA: Meditsiini Alused (5 tundi)	
Õpitulemus	Õppesisu- ja tegevused
<p>Õpilased mõistavad meditsiini olulisust igapäevaelus: Õpilased saavad aru, kuidas meditsiin mõjutab tervist, heaolu ja elukvaliteeti. Nad suudavad kirjeldada, miks on oluline mõista oma keha ja selle toimimist, et ennetada haigusi ja vigastusi. Õpilased tunnevad inimkeha põhilisi süsteeme (näiteks vereringe, hingamisteede, seedeelundkond) ja mõistavad nende toimimise põhimõtteid. Nad suudavad nimetada ja</p>	<ul style="list-style-type: none">• Õpilased mõistavad praktilise meditsiini olulisust ning tunnevad inimese anatoomia ja füsioloogia põhialuseid.• Õpilased omandavad meditsiinilise terminoloogia ja põhimõisted.

<p>paiknustada olulisi organeid ning selgitada nende funktsioone.</p> <p>Õpilased valdavad meditsiinilist terminoloogiat: Õpilased omandavad ja kasutavad õigesti meditsiinilisi termineid, mis on seotud inimese anatoomia ja füsioloogiaga. Nad suudavad dešifreerida ja mõista osaliselt meditsiinilist keelt, mida kasutatakse tervisealases suhtluses.</p>	
TEEMA: Tervisekontroll (6 tundi)	
Õpitulemus	Õppesisu- ja tegevused
<p>Õpilased oskavad läbi viia tervisekontrolli: Õpilased suudavad iseseisvalt ja täpselt mõõta ja dokumenteerida põhilisi tervisenäitajaid, nagu vererõhk, pulss, kehatemperatuur ja hingamissagedus. Nad mõistavad nende näitajate tähtsust tervise seisundi hindamisel.</p> <p>Õpilased oskavad tervisenäitajaid analüüsida: Õpilased suudavad tõlgendada mõõdetud tervisenäitajaid ja teha esialgseid järeldusi nende põhjal. Nad mõistavad, millal tulemused võivad viidata terviseprobleemidele ja millal tuleks otsida meditsiinilist abi.</p> <p>Õpilased teavad tervisekontrolli vajalikkust ja meetodeid:</p>	<ul style="list-style-type: none">• Õpilased oskavad läbi viia tervisekontrolli ja mõõta tervisenäitajaid.• Õpilased oskavad tervisenäitajaid jälgida ja analüüsida.

<p>Õpilased saavad aru regulaarse tervisekontrolli tähtsusest ennetava tervishoiu osana ning tunnevad erinevaid meetodeid ja seadmeid, mida kasutatakse tervisenäitajate mõõtmiseks.</p>	
<p>TEEMA: Esmaabi Põhialused (6 tundi)</p>	
<p>Õpitulemus</p>	<p>Õppesisu- ja tegevused</p>
<p>Õpilased valdavad esmaabi andmise põhioskusi: Õpilased omandavad elupäästvad oskused, nagu hingamisteede avamine, verejooksu peatamine, elustamine (ABC-meetod) ja šoki ennetamine. Nad suudavad neid oskusi rakendada kiirelt ja kindlalt reaalsetes kriisiolukordades.</p> <p>Õpilased mõistavad esmaabi andmise tähtsust: Õpilased saavad aru, kui kriitilise tähtsusega on esmaabi osutamine vigastuste või ootamatute terviseprobleemide korral, ning teavad, kuidas ja millal see võib elu päästa.</p> <p>Õpilased suudavad sooritada esmaabi simulatsiooniharjutusi: Õpilased on võimelised osalema realistlikes simulatsioonides, kus nad peavad rakendama oma teadmisi ja oskusi esmaabi andmisel erinevates stsenaariumites. Nad saavad harjutada tegutsemist</p>	<ul style="list-style-type: none">• Esmaabi tähtsuse ja põhimõistete tutvustus.• Elupäästvad esmaabi oskused (ABC, hingamisteede avamine, verejooksu peatamine).• Simulatsiooniharjutused esmaabi andmiseks.

stressirohketes olukordades, mis sarnanevad reaalsele eluohtlikele situatsioonidele.	
TEEMA: Ravimite tüübid ja nende manustamine (6 tundi)	
Õpitulemus	Õppesisu- ja tegevused
<p>Õpilased tunnevad ravimite erinevaid tüüpe ja nende kasutusvõimalusi: Õpilased õpivad tundma erinevaid ravimitüüpe (näiteks suukaudsed, süstitavad, paiksed) ja mõistavad, millal ja miks neid kasutatakse. Nad saavad aru ravimite toimemehhanismidest ja kõrvaltoimetest.</p> <p>Õpilased oskavad ravimeid ohutult manustada: Õpilased saavad praktilisi oskusi ravimite korrektseks ja ohutuks manustamiseks erinevatel viisidel. Nad teavad, kuidas järgida arsti juhiseid, lugeda ravimite pakenditeavet ja vältida ravimitega seotud riske.</p> <p>Õpilased mõistavad ravimite manustamise ohutusnõudeid: Õpilased saavad aru hügieeni ja aseptika olulisusest ravimite manustamisel. Nad teavad, kuidas vältida ravimite saastumist ja manustamisega seotud tüsistusi, samuti mõistavad ravimite säilitamise põhimõtteid.</p>	<ul style="list-style-type: none">● Ravimite liikide ja kasutamise tutvustus.● Ravimite manustamise meetodite ja ohutuse õpetus.● Praktilised harjutused ravimite manustamisel.

TEEMA: Erakorralised Olukorrad (6 tundi)	
Õpitulemus	Õppesisu- ja tegevused
<p>Õpilased oskavad tuvastada erakorralisi meditsiinilisi olukordi: Õpilased suudavad ära tunda erinevaid erakorralisi olukordi, nagu südame seiskumine, insult, lämbumine või tõsised vigastused, ja teavad, kuidas nendes olukordades tegutseda.</p> <p>Õpilased oskavad teha efektiivse hädaabikõne: Õpilased saavad praktilisi kogemusi hädaabikõne tegemisel, osates kiiresti ja selgelt edastada vajaliku teabe (asukoht, olukorra kirjeldus, kannatanute arv ja seisund) päästeteenistustele.</p> <p>Õpilased on valmis tegutsema erakorralistes olukordades: Õpilased saavad harjutada kiiret otsustusprotsessi ja tegutsemist, et pakkuda esmast abi ja hoida olukord kontrolli all kuni professionaalse abi saabumiseni.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Erakorraliste olukordade liikide ja nendega toimetuleku õpetus.• Hädaabikõne tegemise oskused ja stsenaariumide simulatsioonid.• Kokkuvõtte ja kursuse hindamine.
TEEMA: Praktilised harjutused ja Lõpuprojekt, õppekäigud (6 tundi)	
Õpitulemus	Õppesisu- ja tegevused
<p>Õpilased koostavad ja esitavad praktilise meditsiini teemalise projekti: Õpilased teevad iseseisvat uurimistööd ja</p>	<ul style="list-style-type: none">• Külustus tervishoiuuseumisse ja Tallinna Tervishoiu kõrgkooli.• Külalisloengud meditsiinivaldkonna spetsialistidelt.

loovad projekti, mis käsitleb praktilise meditsiini teemat. Nad arendavad oma uurimis- ja esinemisoskusi, esitades projekti klassikaaslastele ja õpetajale.

Õpilased rakendavad õpitud teadmisi praktilistes

harjutustes: Õpilased osalevad praktilistes harjutustes, mis simuleerivad reaalseid meditsiinilisi situatsioone, rakendades kogu kursuse vältel omandatud oskusi ja teadmisi.

Õpilased arendavad kriitilist mõtlemist ja probleemide

lahendamise oskusi: Projekti ja praktiliste harjutuste kaudu arendavad õpilased võimet analüüsida ja lahendada keerulisi olukordi meditsiinivaldkonnas.

- Lõpuprojekti koostamine ja esitamine.
- Praktilised harjutused kursuse teemade kohta.