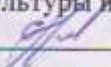


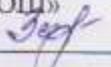
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Вейделевская средняя общеобразовательная школа
Вейделевского района Белгородской области»

«Согласовано»
Руководитель ШМО
учителей физической
культуры и ОБЖ

 /С.С.Грязнов/

Протокол № 6 от
«23» июня 2017г.

«Согласовано»
Заместитель директора по
УВР МОУ «Вейделевская
СОШ»

 /Н.А.Зарудная/

«Утверждаю»
Директор МОУ
«Вейделевская СОШ»

 /Г.Ф.Гордиенко/

Приказ № 479
от «30» августа 2017г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам безопасности жизнедеятельности
(основы медицинских знаний и здорового образа жизни)
10-11 класс
Базовый уровень

Программа составлена авторским коллективом
учителей МОУ «Вейделевская СОШ»:
Выскребенцевой Татьяной Ивановной
Зарудней Натальей Александровной

п.Вейделевка
2017 год

Пояснительная записка

Рабочая программа для девушек 10-11 классов по ОБЖ (основы медицинских знаний и здорового образа жизни) составлена на основе авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности» предметная линия учебников под редакцией А. Т. Смирнова. 10-11 классы. М.: Просвещение, 2016г. и предназначена для проведения с девушками 10 – 11 классов в общеобразовательных учреждениях среднего общего образования занятий по изучению основ медицинских знаний и здорового образа жизни. За основу проектирования структуры и содержания программы принят модульный принцип ее построения. Программа включает в себя разделы и темы модуля 2. (М-2) **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** и состоит из 2 разделов и 11 тем.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни состоит из 5 тем и предназначен для проведения занятий в 11 классе.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи состоит из 6 тем. Занятия проводятся в 10 классе. Рабочая программа составлена в соответствии с учебным планом школы, поэтому внесены следующие **изменения**: количество часов по медицинской подготовке девушек 10-11 классов спланировано в объеме: 10 класс-14 часов в год (0,4 часа в неделю), 11 класс-24 часа в год (0,7 часа в неделю).

Распределение учебного времени по разделам и темам программы ОБЖ (основы медицинских знаний и здорового образа жизни) 10-11 класс (девушки)

Наименование раздела, темы	Авторская программа	Рабочая программа
Р-4. Основы здорового образа жизни	30	24
Тема-7. Здоровье и здоровый образ жизни	6	5
Тема-8. Репродуктивное здоровье женщины и факторы на него влияющие	10	7
Тема-9. Здоровый образ жизни – неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья	8	7
Тема-10. Правовые акты взаимоотношения полов	4	3
Тема-11. Беременность и уход за младенцем	2	2
Р-5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	21	14
Тема-1 Основные инфекционные заболевания, меры и их профилактика	3	1
Тема-2. Основные неинфекционные заболевания и их профилактика	2	2

Тема-3. Первая помощь при травмах и ранениях.	5	3
Тема-4. Первая помощь при отравлениях	5	3
Тема-5. Первая помощь при термических ожогах, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током	4	3
Тема-6. Первая помощь при массовых поражениях	2	2

I. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (основы медицинских знаний и здорового образа жизни):

Личностные результаты:

сформированность целостного представления об основных направлениях обеспечения национальной безопасности российской Федерации и основных приоритетах национальной безопасности;

выбор направления самостоятельной подготовки в области безопасной жизнедеятельности в сфере будущей профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом индивидуальных возможностей и потребностей;

сформированность современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;

осознание терроризма и экстремизма как социальных явлений, представляющих серьезную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности;

сформированность нравственных позиций и личных качеств, способствующих противостоянию террористической и экстремистской идеологии;

сформированность потребностей в соблюдении норм и правил здорового образа жизни;

выработка устойчивого негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков;

осознания значения семьи для жизни современного общества и благоприятной демографической ситуации в стране;

сформированность убеждений в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработки умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях;

морально-психологическая и физическая подготовленность к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях;

воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и ее Вооруженным Силам;

воспитание потребности в правовой подготовке и освоение основных положений законодательства РФ в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан;

уяснение значения роли гражданской обороны в области защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и выработка убеждения в необходимости овладения навыками в области гражданской обороны.

Метапредметные результаты:

умение обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые угрозы и риски для безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России;

умение характеризовать основные направления перехода Российской Федерации к новой государственной политике в области национальной безопасности;

поиск в различных информационных источниках и самостоятельный отбор информации о наиболее характерных ЧС природного, техногенного и социального характера, имевших место за последнее время в стране. Анализ причин их возникновения и последствий, систематизация рекомендаций населению по правилам безопасного поведения для минимизации последствий различных ЧС;

умение характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьезную угрозу личности, государству и национальной безопасности России;

умение обосновывать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия;

умение подбирать из различных информационных источников убедительные примеры пагубного влияния курения, употребления алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека, а также умение отстаивать свою точку зрения по этому вопросу при общении в кругу сверстников;

умение характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе и логично обосновывать влияние благополучных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве;

умение логично обосновывать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях;

умение осмысливать и понимать основные стратегические цели совершенствования национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональных войн и конфликтов, а также в целях осуществления стратегического сдерживания в интересах обеспечения военной безопасности страны;

умение характеризовать роль и место Вооруженных Сил РФ в обеспечении национальной безопасности страны;

умение доступно излагать содержание основ законодательства РФ об обороне государства, воинской обязанности и военной службе граждан РФ;

умение обосновывать необходимость обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими конституционного долга и обязанности по защите Отечества.

Предметные результаты:

формирование устойчивого интереса и потребности к получению знаний, способствующих безопасному образу жизни;

осознание культуры безопасности жизнедеятельности, в том числе экологической культуры, как жизненно важной социально- нравственной позиции личности, а также средства, повышающего защищенность личности, общества и государства от отрицательных последствий влияния человеческого фактора и от внешних и внутренних угроз;

формирование гражданской патриотической позиции, направленной на повышение мотивации к военной службе в современных условиях;

понимание роли государства, российского законодательства и государственных служб в защите населения от внешних и внутренних угроз;

формирование личной гражданской позиции негативного отношения к идеологии экстремизма, терроризма, а также к асоциальному поведению и другим действиям противоправного характера;

ориентация на здоровый образ жизни и здоровьесберегающие технологии в повседневной жизни;

знание распространенных опасных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

понимание необходимости негативного отношения к наркомании, алкоголизму, токсикомании и необходимости исключения из своей жизни вредных привычек;

знание основных мер и правил поведения и защиты в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, в том числе в области ГО;

умение оказывать первую помощь пострадавшим;

умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным для них признакам;

умение применять полученные знания на практике, действовать с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

умение проектировать модели личного безопасного поведения;

владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим, включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике, а также первой помощи при травмах, отравлениях и различных видах поражения.

Ученик 10 класса научится:

- Распознавать и анализировать особенности жизнедеятельности человека при автономном пребывании его в различных природных условиях.
- Применять в реальных природных условиях различные способы ориентирования на местности.
- Систематизировать знания в области безопасности дорожного движения.
- Анализировать информацию о возникновении пожаров в жилом секторе и в общественных зданиях, о причинах их возникновения и последствиях.
- Анализировать информацию о состоянии криминогенной ситуации в местах проживания и вырабатывать правила личной безопасности в повседневной жизни.
- Самостоятельно добывать информацию о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, имевших место в регионе проживания, о причинах их возникновения и их последствиях.
- Формировать систему личного безопасного поведения в условиях различных чрезвычайных ситуаций, если чрезвычайная ситуация застала вас дома, на улице, в школе.
- Анализировать и уяснять основные направления организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.
- Обосновывать основное предназначение и решаемые задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
- Объяснять предназначение функциональных и территориальных подсистем РСЧС.
- Формировать убеждения в необходимости соблюдать нормы здорового образа жизни как надежной гарантии в подготовке к профессиональной деятельности, в том числе и к военной службе.
- Определять основные инфекционные заболевания по их признакам и проявлениям, анализировать причины их возникновения, соблюдать меры профилактики.
- Формировать индивидуальную систему здорового образа жизни и своевременно вносить в неё необходимые коррективы с учётом реальных жизненных обстоятельств.
- Анализировать основные факторы риска, пагубно влияющие на здоровье, соблюдать меры по их профилактике.
- Формировать негативное отношение к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как к факторам, оказывающим наиболее пагубное влияние на здоровье. — Уяснить сущность гражданской обороны как системы мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

- Систематизировать основные задачи гражданской обороны в мирное и военное время.
- Осваивать систему оповещения населения чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.
- Классифицировать виды инженерных защитных сооружений по их назначению.
- Формировать умения в использовании защитных сооружений гражданской обороны в условиях чрезвычайных ситуаций.
- Использовать средства индивидуальной защиты (СИЗ) в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
- Осознанно выполнять план гражданской обороны образовательного учреждения, выполняя свои обязанности, предусмотренные в нём.
- Характеризовать современные Вооруженные Силы Российской Федерации как основу военной организации государства, пути их реорганизации и повышения боевых возможностей.
- Формировать и объяснять общие понятия о воинской обязанности граждан Российской Федерации и о её назначении.
- Классифицировать составляющие воинской обязанности и раскрывать их содержание.
- Уяснять свои права и обязанности в области воинского учёта и обязательной подготовки к военной службе.
- Усваивать существующий порядок размещения военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, их быт и мероприятия, проводимые в войсках по сохранению и укреплению здоровья.

Ученик 10 класса получит возможность научиться:

- Самостоятельно разрабатывать и осуществлять однодневный выход на природу для отработки элементов ориентирования по местности.
- Обобщать и обрабатывать статистику имевших место чрезвычайных ситуаций природного характера в регионе проживания за несколько последних лет, разработать прогноз, учитывающий вероятность возникновения чрезвычайной ситуации природного характера в местах проживания.
- Разрабатывать рекомендации по профилактике и минимизации последствий чрезвычайных ситуаций природного характера, наиболее часто случающихся в местах проживания.
- Самостоятельно подбирать материал и готовить занятие по теме: «Организационные основы по защите населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций».
- Оформлять схему, отображающую структуру РСЧС, её функциональные и территориальные подсистемы.

Выпускник научится:

- Формировать чувство гордости за свою Родину и уважение к подвигам наших воинов — защитников Отечества.

- Формировать духовные и физические качества, необходимые для успешного выполнения воинского долга по вооруженной защите Отечества.
- Воспитывать убеждения в том, что взаимоотношения военнослужащих, основанные на дружбе и войсковом товариществе, являются основой высокого уровня боеготовности частей и подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации.
- Формировать понимание о значении символов воинской чести Вооружённых Сил РФ и их роли в военно-патриотическом воспитании военнослужащих, выработке у них чувства достоинства, преданности своей Родине и готовности самоотверженно с оружием в руках защищать суверенитет, территориальную целостность и устойчивое развитие Российской Федерации.
- Уяснять и обосновывать положение о том, что военная служба — это особый вид федеральной государственной службы, которая требует от военнослужащего высокой профессиональной подготовки и особой ответственности за исполнение обязанностей по вооруженной защите Отечества.
- Формировать знания о предназначении суточного наряда, об обязанностях дежурного и дневального по роте.
- Уяснять цели и предназначение караульной службы в войсках.
- Понимать и обосновывать положение о том, что несение караульной службы является выполнением боевой задачи.
- Характеризовать часового как караульного, выполняющего боевую задачу по охране и обороне порученного ему поста.
- Последовательно излагать основные обязанности часового и обосновывать факторы, определяющие его неприкосновенность.
- Анализировать и уяснять смысл нормативно-правовых актов Российской Федерации в области подготовки граждан к военной службе.
- Формировать умения самостоятельно подбирать информацию, способствующую воспитанию убеждений, качества привычек для успешного прохождения военной службы по призыву.
- Анализировать содержание общевоинских уставов Вооружённых Сил Российской Федерации и характеризовать их как основные нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и деятельность военнослужащего.
- Формировать убеждение в необходимости целенаправленной индивидуальной подготовки к военной службе в области физической, психологической и интеллектуальной подготовок.
- Обосновывать значение и методы осуществления военно-патриотического воспитания военнослужащих для обеспечения высокого уровня боеготовности частей и подразделений Вооружённых Сил Российской Федерации.
- Уяснять и характеризовать общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих и значение воинской дисциплины для их успешного выполнения.

- Уяснять и осознанно выполнять все мероприятия, связанные с призывом на военную службу.
 - Характеризовать особенности военной службы по контракту и порядок отбора кандидатов для прохождения военной службы по контракту.
 - Уяснять и обоснованно излагать нормативно-правовые основы и порядок прохождения альтернативной гражданской службы.
 - Уяснять порядок подачи заявления на прохождение альтернативной гражданской службы.
 - Выбатывать привычку в ежедневном соблюдении правил личной гигиены.
 - Анализировать причины заражения инфекциями, передаваемыми половым путём (ИППП) и их возможные последствия.
 - Формировать личный стиль поведения, снижающий риск раннего и случайного вступления в половую связь и способствующий профилактике заражения ИППП.
 - Формировать убеждение в ключевой роли благополучной семьи в обеспечении здоровья личности и общества, а также демографической безопасности государства.
 - Уяснить и разбираться в основах семейно-брачных отношений, принятых в Российской Федерации в настоящее время.
 - Формировать умения в оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах и неотложных состояниях.
 - Последовательно выполнять приёмы при оказании первой помощи в различных неотложных состояниях.
 - Формировать умения в выполнении приёмов иммобилизации поврежденных частей тела и транспортировки пострадавшего.
 - Усваивать основные рекомендации по профилактике травм опорно-двигательного аппарата и способы оказания само- и взаимопомощи при травмах опорно-двигательного аппарата.
 - Формировать умение в выполнении приёмов по остановке артериального кровотечения.
 - Усваивать порядок проведения сердечно-легочной реанимации (непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких).
- Выпускник получит возможность научиться:**
- Самостоятельно анализировать информационные источники в области здорового образа жизни, подбирать и реализовывать рекомендации по обеспечению духовного, физического и социального благополучия.
 - Самостоятельно расширять познания об острой сердечной недостаточности, используя соответствующую медицинскую литературу (справочники, медицинскую энциклопедию).
 - Прогнозировать по характерным признакам возникновение инсульта и оказывать первую помощь пострадавшему до прибытия скорой помощи. —
Расширять кругозор в области развития военной организации государства в современных условиях.

- Использовать положения Военной доктрины Российской Федерации для уяснения основных задач Вооружённых Сил и других войск в мирное время, в период непосредственной угрозы агрессии и военное время.
- Анализировать федеральные законы и другие нормативно-правовые акты, в которых определены правовые основы прохождения военной службы и характеризовать федеральную систему подготовки граждан Российской Федерации к военной службе.
- Подбирать и анализировать информацию о правах и свободах военнослужащих, проходящих военную службу по призыву в Вооружённых Силах Российской Федерации.
- Подбирать и анализировать информацию о существующих в современном мире военных угрозах и военных опасностях Российской Федерации и характеризовать основные внешние военные угрозы и основные внутренние военные угрозы Российской Федерации.
- Анализировать соответствующие источники информации и характеризовать основные пути совершенствования допризывной подготовки и военно-патриотического воспитания граждан РФ в целях развития военной организации государства.
- Формулировать основные требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам военнослужащего, в условиях повышения технической оснащённости Вооружённых Сил РФ и сокращения срока службы по призыву.

II. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (основы медицинских знаний и здорового образа жизни)

10 класс

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (14 часов)

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (14 часов)

Тема-1. Основные инфекционные заболевания, меры и их профилактика (1ч)

Кишечные инфекции (дизентерия, сальмонеллез, ботулизм), причины их возникновения, профилактика;

Тема 2. Основные неинфекционные заболевания и их профилактика (2ч)

Неинфекционные заболевания (ишемическая болезнь сердца, диабет, инсульт), основные факторы риска их возникновения; меры по профилактике неинфекционных заболеваний;

Тема-3. Первая помощь при травмах (3 ч)

Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и растяжениях; оказание первой помощи при ранениях, методы остановки кровотечения; травматические переломы, правила оказания первой помощи при переломах.

Тема -4. Первая помощь при отравлениях (3 ч)

Оказание первой помощи при отравлениях алкоголем и никотином; оказание первой помощи при отравлении угарным газом; оказание первой помощи при отравлении АХОВ.

Тема-5. Первая помощь при термических ожогах, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током (3 ч)

Оказание первой помощи при термических ожогах; оказание первой помощи при отморожении, тепловом и солнечном ударах; оказание первой помощи при электротравме.

Тема- 6. Первая помощь при массовых поражениях (2 ч)

Особенности оказания первой помощи в условиях массовых поражений; индивидуальное медицинское оснащение.

11 класс

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (24 часа)

Раздел 4. Основы здорового образа жизни (24 часа)

Тема-7. Здоровье и здоровый образ жизни (5 ч)

Общие понятия о здоровье; факторы, влияющие на здоровье; репродуктивное здоровье; социально-демографические процессы в России, роль государства в обеспечении демографической безопасности; здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Тема-8. Репродуктивное здоровье женщины и факторы, на него влияющие (7 ч)

Женская половая система и ее функционирование; здоровье родителей и здоровье будущего ребенка; влияние окружающей среды на здоровье человека; курение и употребление алкоголя, их влияние на репродуктивное здоровье женщины; наркомания и ее последствия, профилактика наркомании; ранние половые связи и их последствия для здоровья; инфекции, передаваемые половым путем, меры их профилактики.

Тема-9. Здоровый образ жизни – неотъемлемое условие сохранения репродуктивного здоровья(7ч)

Стресс и его воздействие на человека; режим дня, труда и отдыха; основные виды питательных веществ и их значение в питании человека; рациональное питание и его значение для здоровья; влияние двигательной активности на здоровье человека; закаливание и его влияние на здоровье ; правила личной гигиены и здоровье человека.

Тема-10. Правовые аспекты взаимоотношения полов (3ч)

Брак и семья. Культура брачных отношений; основы семейного права в Российской Федерации; права и обязанности родителей.

Тема-11. Беременность и уход за младенцем (2ч)

Беременность, гигиена беременности; уход за младенцем.

III. Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (основы медицинских знаний и здорового образа жизни)

10 класс

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

№ модуля, раздела и темы	Наименование модуля, раздела и темы	Количество учебных часов
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	14
Р-5	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	14
Тема-1	Основные инфекционные заболевания, меры и их профилактика	1
Тема-2	Основные неинфекционные заболевания и их профилактика	2
Тема-3	Первая помощь при травмах и ранениях.	3
Тема-4	Первая помощь при отравлениях .	3
Тема-5	Первая помощь при термических ожогах, тепловом и солнечном ударах и при поражении электрическим током	3
Тема-6	Первая помощь при массовых поражениях	2
	Всего	14

11 класс

Основы здорового образа жизни

№ модуля, раздела и темы	Наименование модуля, раздела и темы	Количество учебных часов
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	24
Р-4	Основы здорового образа жизни	24
Тема-7	Здоровье и здоровый образ жизни	5
Тема-8	Репродуктивное здоровье женщины и факторы на него влияющие	7
Тема-9	Здоровый образ жизни – необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья	7
Тема-10	Правовые аспекты взаимоотношения полов	3
Тема-11	Беременность и уход за младенцем	2
	Всего	24