



Авторская программа для девушек 10-11 класс

Авторская программа для девушек «По основам медицинских знаний и здорового образа жизни» 10-11 классов

Автор-составитель А.Т.Смирнов

Пояснительная записка

Примерная учебная программа для девушек 10-11 классов по основам медицинских знаний и здорового образа жизни разработана в соответствии с Государственным образовательным стандартом среднего (полного) общего образования и требованиями постановления Правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 г. № 1441 «Об утверждении положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе» и предназначена для проведения с девушками 10-11 классов в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования занятий по углубленному изучению с ними основ медицинских знаний.

Структурно программа состоит из 2 разделов и 10 тем.

I раздел «Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи» состоит из пяти тем и предназначен для изучения с девушками в 10 классе. Занятия по разделу проводятся на факультативной основе в период, когда юноши проходят учебные сборы по основам военной службы (тема 11) . Количество занятий и темы из пяти предложенных определяются в образовательном учреждении при разработке расписания занятий.



II раздел «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» также состоит из пяти тем и предназначен для проведения занятий с девушками 11 классов. Занятия по разделу проводятся в урочное время, в объеме 25 часов, раздельно с юношами, в период, когда с юношами изучаются темы: 6 - «Воинская обязанность»; 7 – «Военная служба – особый вид федеральной государственной службы»; 10 – «Военнослужащий - вооруженный защитник Отечества»;

Изучение данной программы направлено на достижение следующих целей:

- освоение знаний о демографической ситуации в России; о репродуктивном здоровье женщины; о социальной роли женщины в современном обществе; о факторах, оказывающих неблагоприятное влияние на репродуктивное здоровье женщины; о здоровом образе жизни и его влиянии на репродуктивное здоровье; о правовых аспектах взаимоотношения полов; об основах семейного права в Российской Федерации; о способах и правилах оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- воспитание у девушек нравственности и чувства ответственности за состояние личного здоровья, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, готовности к семейной жизни, к соблюдению норм семейной жизни и к исполнению обязанностей родителей;
- развитие черт личности, свойственных женщине в современном обществе и необходимых для создания благополучной семьи, установления гармонических отношений в семье и создания благоприятных условий для рождения и воспитания детей;
- овладение умениями строить свои взаимоотношения с родителями,



старшими, сверстниками и сверстниками противоположного пола; формировать свою индивидуальную систему здорового образа жизни, обеспечивающую духовное, физическое и социальное благополучие; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим в различных бытовых ситуациях.

Занятия по данной программе проводят преподаватели, прошедшие специальную подготовку по основам медицинских знаний и здорового образа жизни в общеобразовательных учреждениях дополнительного образования.

По итогам изучения данной программы в 11 классе учащимся выставляется оценка, которая учитывается при итоговой аттестации выпускников.

В результате изучения программы ученица должна:

Знать:

- общие понятия о здоровье и репродуктивном здоровье;
- демографическую обстановку в России и о ее влиянии на безопасность государства;
- о социальной роли женщины в современном обществе; о здоровом образе жизни и его составляющих;
- о влиянии здоровья родителей на здоровье будущего ребенка;
- о влиянии неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека;
- о вредных привычках, их последствиях и мерах по их профилактике;
- об основах семейного права в Российской Федерации;
- о правах и обязанностях родителей и о правах ребенка.



Уметь:

- кратко излагать основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни;
- объяснять связь репродуктивного здоровья общества с демографической обстановкой в стране;
- перечислить основные направления жизнедеятельности женщины, определяющие ее социальную роль в современном обществе;
- обосновать влияние состояния здоровья родителей на здоровье будущего ребенка;
- дать оценку влияния вредных привычек на благополучие человека и семьи;
- перечислить основные меры профилактики злоупотребления психоактивными веществами;
- кратко изложить основы семейного права в Российской Федерации, определяющие правовые взаимоотношения полов;
- перечислить основные функции семьи в современном обществе.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- сохранения и укрепления репродуктивного здоровья в реальной окружающей среде;
- профилактики вредных привычек;
- соблюдения режима дня, труда, отдыха и рационального питания;
- соблюдения норм личной и общественной гигиены;
- предотвращения ранних половых связей и профилактики инфекций, передаваемых половым путем;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных бытовых ситуациях.

Настоящая программа является основой для



разработки рабочей программы по основам медицинских знаний и здорового образа жизни для девушек 10-11 классов общеобразовательных учреждений.

Примерный тематический план

для организации факультативных занятий с девушками 10 классов по основам медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи

№№ разделов и тем	Наименование разделов и тем	Примерное количество учебных часов
I	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	
1	Основные инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи инфекции, меры профилактики	4
2	Основные неинфекционные заболевания, профилактика факторов риска основных неинфекционных заболеваний	4
3	Первая медицинская помощь при травмах, ранениях и отравлениях	12
4	Первая медицинская помощь при	14



МЧС КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий
www.culture.mchs.gov.ru

	отморожении, тепловом и солнечном ударах, при поражении электрическим током и при ожогах	
5	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности	6
	Всего часов:	40

Тематический план

для организации занятий с девушками 11 классов

по основам медицинских знаний и здорового образа жизни

№№ разделов, тем и уроков	Наименование разделов, тем и уроков	Количество часов	
Раздел	Тема		
II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	25	
1	Здоровье и здоровый образ жизни		5
2	Репродуктивное здоровье женщины и факторы на него влияющие		8



МЧС КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий
www.culture.mchs.gov.ru

3	Здоровый образ жизни - необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья		6
4	Правовые аспекты взаимоотношения полов		4
5	Беременность и уход за младенцем		2
	Всего часов:	25	

Содержание учебной программы и ее поурочное планирование

11 класс

№№ разделов, тем и уроков	Наименование разделов, тем и уроков	Количество часов	
Раздел	Тема урока		
II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	25	
1	Здоровье и здоровый образ жизни		5
1.1	Общие понятия о здоровье		1
1.2	Репродуктивное здоровье		1
1.3	Демографическая безопас		1



МЧС КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий
www.culture.mchs.gov.ru

	асность государства		
1.4	Социальная роль женщины в современно м обществе		1
1.5	Здоровый образ жизни как необход имое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества		1
2	Репродукти вное здоровье женщины и факторы на него влияющие		8
2.1	Женская половая система и ее функционир ование		1
2.2	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка		1
2.3	Влияние не благоприятн ой окружаю щей среды на здоровье человека		1
2.4	Вредные привычки и		1



МЧС КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

www.culture.mchs.gov.ru

	их влияние на здоровье		
2.5	Влияние злоупотребления наркотическими веществами на здоровье человека		1
2.6	Профилактика вредных привычек и злоупотребления наркотическими веществами		1
2.7	Ранние половые связи и их последствия для здоровья		1
2.8	Инфекции, передаваемые половым путем и их профилактика		1
3	Здоровый образ жизни - необходимое условие сохранности репродуктивного здоровья		6
3.1	Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья		1



МЧС КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

www.culture.mchs.gov.ru

3.2	Режим дня, труда и отдыха		1
3.3	Рациональное питание и его значение для здоровья		1
3.4	Влияние двигательной активности на здоровье человека		1
3.5	Закаливание и его влияние на здоровье		1
3.6	Правила личной гигиены и здоровье человека		1
4	Правовые аспекты взаимоотношения полов		4
4.1	Брак и семья. Культура брачных отношений		1
4.2	Основные функции семьи		1
4.3	Основы семейного права в Российской Федерации		1
4.4	Права и обязанности родителей.		1



МЧС КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

www.culture.mchs.gov.ru

	Конвенция ООН «О правах ребенка»		
5	Беременность и уход за младенцем		2
5.1	Беременность и гигиена беременности		1
5.2	Уход за младенцем		1
	Всего часов:	25	