|  |  |
| --- | --- |
| **«Согласовано»** **Военный комиссар Моздокского муниципального района**  | **«Утверждаю»****Начальник Управления образования****АМС Моздокского** |
| **Республики Северная Осетия-Алания** | **Муниципального района**  |
| **/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.Ч. Кудзиев** | **/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Н. Н. Гаспарьянц** |
| **«\_\_\_\_\_» мая 2025 г.** | **«\_\_\_\_\_\_» мая 2025 г.** |
|  |  |

**Тематическое планирование**

**курса «ОБЗР» 10 класса для девушек**

**на 2025 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел,****Тема занятия** | **Учебное время** |
|  | **I. Основные инфекционные заболевания, их возбудители** |  |
| **1** | Общие понятия о здоровье и репродуктивном здоровье | **1 час** |
| **2** | Основные понятия об инфекционных заболеваниях. | **1 час** |
| **3** | Дифтерия, грипп, птичий и свиной грипп, признаки заболевания и профилактика. | **1 час** |
| **4** | Вирусный гепатит, туберкулез, сыпной тиф. Пути передачи, профилактика. | **1 час** |
| **5** | Сальмонеллёз, ботулизм. Причины заболевания, профилактика | **1 час** |
| **6** | Понятие об иммунитете | **1 час** |
|  | **II. Основные неинфекционные заболевания, профилактика** |  |
| **7** | Основные понятия об неинфекционных заболеваниях | **1 час** |
| **8** | Влияние факторов риска на вероятность развития неинфекционных заболеваний | **1 час** |
| **9** | Ишемическая болезнь сердца. Основные факторы риска. | **1 час** |
|  | **III. Первая медицинская помощь при травмах, ранениях, отравлениях** |  |
| **10** | Первая медицинская помощь при травмах и ранениях. | **1 час** |
| **11** | Методы остановки кровотечения. | **1 час** |
| **12** | Виды повязок и правила их наложения. | **1 час** |
| **13** | Виды повязок и правила их наложения (практическое занятие). | **1 час** |
| **14** | Виды повязок и правила их наложения (практическое занятие). | **1 час** |
| **15** | Первая медицинская помощь при переломах. | **1 час** |
| **16** | Первая медицинская помощь при переломах (практическое занятие). | **1 час** |
| **17** | Первая медицинская помощь при переломах (практическое занятие). | **1 час** |
| **18** | Первая медицинская помощь при переломах (практическое занятие). | **1 час** |
| **19** | ПМП при отравлениях лекарственными препаратами, алкоголем, никотин. | **1 час** |
| **20** | ПМП при отравлении препаратами бытовой химии | **1 час** |
| **21** | ПМП при отравлении угарным газом. | **1 час** |
|  | **ПМП при отморожении, тепловом солнечном ударе, ожогах** |  |
| **22** | Влияние внешней среды и бытовых условий на заболеваемость граждан. | **1 час** |
| **23** | ПМП при отморожениях. | **1 час** |
| **24** | ПМП при отморожениях (практическое занятие) | **1 час** |
| **25** | ПМП при отморожениях (практическое занятие). | **1 час** |
| **26** | ПМП при тепловом и солнечном ударах. | **1 час** |
| **27** | ПМП при тепловом и солнечном ударах (практическое занятие) | **1 час** |
| **28** | ПМП при тепловом и солнечном ударах (практическое занятие). | **1 час** |
| **2** | ПМП при поражении электрическим током. | **1 час** |
| **30** | ПМП при поражении электрическим током (практическое занятие). | **1 час** |
| **31** | ПМП при ожогах. | **1 час** |
| **32** | ПМП при ожогах (практическое занятие). | **1 час** |
|  | **ПМП при острой сердечной недостаточности и инсульте** |  |
| **33** | ПМП при острой сердечной недостаточности и инсульте. | **1 час** |
| **34** | ПМП при инсульте. | **1 час** |
| **35** | ПМП при массовых поражениях. | **1 час** |
|  | **Всего – 35 час.** |  |

**В результате изучения программы обучающиеся должны:**

**Знать:**

–   общие понятия о здоровье и репродуктивном здоровье;

–   демографическую обстановку в России и 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:**

–   коротко 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;

–    коротко 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.