

Управление образования администрации муниципального района
«Усть – Куломский»
Муниципальное общеобразовательное учреждение
Помоздинская средняя общеобразовательная школа им. В.Т. Чисталева.

Рассмотрена:
Педагогическим советом
Протокол № _____
от _____ г.

Утверждена:
приказом МОУ Помоздинская
СОШ им в. Т. Чисталева
от « _____ » _____ г. № _____
_____ (Л.В. Шомысова)



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«Здоровый образ жизни – это стильно!»

**Социально -гуманитарная направленность
Возраст учащихся 16-17 лет
Вид программы по уровню освоения -базовый**

Срок реализации – 1 год
Составитель:
Шомысова Людмила Викторовна,
педагог дополнительного образования

с. Помоздино, 2021

1.1 Комплекс основных характеристик программы.

1.1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная – дополнительная общеразвивающая программа «Здоровый образ жизни – это стильно!» составлена в соответствии с нормативно-правовыми требованиями законодательства в сфере образования:

- ✓ Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года.
- ✓ Федеральный закон «Закон об образовании в Российской Федерации» (№273 от 29.12.2012г.);
- ✓ Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (№196 от 09.11.2018г.);
- ✓ Приказ Минпросвещения России № 533 от 30.09.2020г. «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОП, утвержденный приказом Минпросвещения России №196 от 09.11.2018г.»
- ✓ Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Республике Коми от 19.09.2019г. № 07-13/631).
- ✓ Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ “О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся”.
- ✓ Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (№ ВК-53/09 от 19.01.2015г.);
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (п.3.6);
- ✓ Федеральный Закон от 02.12.2019 N 403-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» *(сетевая форма реализации ДООП, практическая подготовка обучающихся)*

Направленность программы - социально -гуманитарная

Актуальность. Здоровье среди жизненных ценностей человека, несомненно, представляет важную составляющую счастья. В настоящее время в молодежной среде наблюдаются негативные тенденции в состоянии физического и духовного здоровья, нравственности. Сегодня молодежь имеет большую свободу в выборе своего образа жизни. Недостаточность и фрагментарность знаний в школьном курсе о здоровом образе жизни приводит к росту числа заболеваний, инфекций, передающихся половым путем, расширению масштабов употребления молодыми людьми наркотиков, алкоголя, курения. Возникает необходимость формирования глубоких, прочных знаний о здоровье, здоровом образе жизни, факторах, формирующих здоровье и разрушающих его. Необходимо установить логическую связь образа жизни со здоровьем и безопасностью человека. Данная программа прививает навыки здорового образа жизни.

Программа включает в себя сведения, позволяющие сформировать понятия о здоровом образе жизни. Именно в подростковом возрасте можно сформировать позитивные установки на поддержание здорового образа жизни, а также навыки принятия решения в пользу более благоприятных для здоровья поступков.

Отличительная особенность программы предоставление возможности обучающимся овладеть комплексом знаний и умений в области здорового образа жизни. Кроме приобретения важных социальных практических навыков, наиболее важным результатом программы можно считать изменение взглядов и представлений, обучающихся о своем здоровье и способах его сохранения и преумножения, то есть формирование определенных ценностно- мировоззренческих установок на здоровье и здоровый образ жизни. Программа способствует формированию здорового образа жизни в целях сохранения психического, физического и нравственного здоровья человека. Способствует профессиональной ориентации, осуществляет тесную связь теории с практикой, вооружает учащихся практическими умениями и навыками.

Адресаты программы. Программа рассчитана на учащихся 16-17 лет (девушки). Наполняемость групп-15-30 человек. Условия приема детей - согласно заявлений родителей (законных представителей) и согласия на обработку данных;

Вид программы по уровню освоения. Базовый уровень.

Объем программы.

Год обучения	Количество часов в неделю	Количество недель в учебном году	Всего часов
Первый	1	34	34

Срок реализации. 1 год.

Формы обучения. Очная

Режим занятий. Занятие проводится 1 раз в неделю продолжительностью 45 минут.

Особенности организации образовательного процесса Состав группы – постоянный. Форма проведения – групповая, работа в малых группах, работа в парах, индивидуально.

1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Цель программы: формировать элементарным приёмам здорового образа жизни (ЗОЖ), содействие оздоровлению учащихся.

Задачи:

Обучающие:

1. сформировать устойчивые представления о здоровье как о важнейшей человеческой ценности
2. сформировать представления обучающихся о себе как о субъектах собственной жизни. Формирование у молодежи культуры здорового образа жизни
3. научить простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах и др.
4. привить детям элементарные гигиенические навыки

Развивающие:

1. привить здоровый образ жизни;
2. способствовать приобретению навыков самосовершенствования при получении знаний о том, от чего зависит наше здоровье.

Воспитательные:

1. воспитать любовь к себе, к людям, к жизни развивают гармонию с собой и с миром;
2. формировать позицию признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

1. 3. Содержание программы.

Учебный план.

№	Наименование разделов	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации\контроля
1	Понятие здоровье. Духовное и физическое здоровье		1	1	Устный опрос
2	Инфекционные заболевания. Профилактика инфекционных заболеваний	1	6	7	Тестирование, выпуск буклетов, доклады

3	Первая доврачебная помощь при травмах, несчастных случаях	4	12	16	Зачет по первой доврачебной помощи
4	Социально – демографические процессы в современном обществе	1	1	2	Устный опрос Анализ статистического материала
5	Семья в современном обществе	1	2	3	Устный опрос, тестирование
6	Репродуктивное здоровье	3	2	5	Устный опрос сообщение
	Всего:	10	24	34	

Содержание программы

Тема 1 «Здоровье»

Здоровый образ жизни – неотъемлемое условие сохранения и укрепления здоровья

ТЕОРИЯ Понятие: здоровье, здоровый образ жизни. Здоровье физическое и духовное. Основные составляющие здоровья. Среда обитания и образ жизни. Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека. Рациональное питание, двигательная активность, закаливание, режим труда и отдыха, профилактика переутомления, личная гигиена, гигиена одежды.

ПРАКТИКА Определение типов кожи на разных участках кожи лица.

Тема 2 «Инфекционные заболевания»

Инфекционные заболевания. Профилактика.

ТЕОРИЯ. Понятие инфекционное заболевание, эпидемия, пандемия, иммунитет, профилактика инфекционного заболевания,

ПРАКТИКА Краткая характеристика основных инфекционных заболеваний. ИППП. СПИД, ВИЧ.

Тема 3 «Первая доврачебная помощь»

Сердечно -сосудистая система.

ТЕОРИЯ. Понятие кровотечение. Виды кровотечений. Первая помощь Десмургия.

ПРАКТИКА. Правила наложения повязки, жгута.

Опорно - двигательная система:

ТЕОРИЯ. Знания о строении скелета, мышц, суставов. Перелом. Первая помощь при переломе Ушиб, вывих, растяжение связок. Первая помощь.

ПРАКТИКА. Иммобилизация, правила наложения шины

Ранения, виды ранений

ТЕОРИЯ. Понятие ранения, виды ранений, первая помощь. Асептика, антисептика.

ПРАКТИКА Перевязки, наложение жгута

Ожог, виды ожогов

ТЕОРИЯ. Понятие ожог, виды ожогов

ПРАКТИКА Первая помощь при ожогах. Правила "5", "9", ладони

Обморожение

ТЕОРИЯ. Понятие обморожение. Признаки обморожения.

ПРАКТИКА Первая помощь при обморожениях

Тепловой и солнечный удар.

ТЕОРИЯ. Понятие тепловой и солнечный удар. Признаки удара.

ПРАКТИКА Первая помощь при тепловом и солнечном ударе.

Электротравмы.

ТЕОРИЯ. Понятие электротравмы. Признаки электротравмы.

ПРАКТИКА Первая помощь при электротравмах.

Отравление.

ТЕОРИЯ. Понятие отравление. Признаки отравления.

ПРАКТИКА Первая помощь при отравлениях.

Острая сердечная недостаточность

ТЕОРИЯ. Понятие Острая сердечная недостаточность. Инсульт. Первая помощь

ПРАКТИКА Экстренная реанимационная помощь, клиническая, биологическая смерть, искусственное дыхание, непрямой массаж сердца Правила оказания первой помощи искусственного дыхания, непрямого массажа сердца .

Тема 4 «Социально – демографическим процессам в современном обществе»

Социально – демографические процессы в современном обществе .

ТЕОРИЯ. Понятие демография.Рождаемость и смертность. Продолжительность жизни. Состояние здоровья детей дошкольного и школьного возраста. Естественный прирост. Механическое движение население.

Социальная роль женщины в современном обществе и здоровье нации. Духовная и физическая привлекательность, высокая нравственность, интеллектуальность, участие в общественной жизни, создание прочной семьи.

ПРАКТИКА. Анализ статистического материала: рождаемость, смертность, количество браков и разводов, показателей заболеваемости.

Тема 5 «Семья в современном обществе»

Семья в современном обществе, функции семьи.

ТЕОРИЯ. Понятие семья. Функции семьи. Формы общения между людьми, выражение своих чувств и эмоций, проявление дружбы и любви.

ПРАКТИКА. Уважение личности и личного мнения собеседника, умение ценить решение другого. Дружеские отношения, симпатия, любовь, близость. Умение выражать свои чувства и эмоции. Проявление дружбы и любви, умение выражать друг другу искреннюю признательность, быть предупредительным, оказывать друг другу знаки внимания.

Брак и семья, культура брачных взаимоотношений.

ТЕОРИЯ Понятие Брак. Юридические аспекты брака. Супружеская верность. Гигиена и культура брачных взаимоотношений. Планирование семьи, основные понятия о контрацепции.

Законодательство о семье, права и обязанности родителей.

ТЕОРИЯ. Семья в современном обществе, основные функции семьи. Семейный кодекс Российской Федерации, осуществление семейных прав и исполнение семейных обязанностей. Условия и порядок заключения брака, брачный возраст. Права и обязанности супругов. Права несовершеннолетних детей.

ПРАКТИКА *Права и обязанности родителей.*

ПРАКТИКА *Конвенция о правах ребенка .*

Тема 6 «Репродуктивное здоровье»

Репродуктивное здоровье.

ТЕОРИЯ Репродуктивная система женщины. Физиологические процессы, происходящие при оплодотворении. Беременность и формирование плода. Факторы, способствующие рождению здорового ребенка. Консультативные службы: «Женская консультация», «Брак и семья», «Медико – генетическая консультация» и др.

Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье.

ТЕОРИЯ. Влияние окружающей среды и образа жизни на репродуктивное здоровье. Вредные привычки и их влияние на здоровье новорожденного ребенка. Алкоголь, курение, наркотики, токсикомания и их влияние на духовное и физическое здоровье. Последствия ранних половых связей и беспорядочной половой жизни для здоровья, опасность заражения венерическими заболеваниями и СПИДом. Нежелательная беременность. Аборт и его последствия.

Беременность и уход за младенцем.

ТЕОРИЯ. Беременность, гигиена беременности.

«Желанный ребенок». Подготовка к беременности, зачатие. Периоды беременности и состояние матери. Развитие плода. Дородовый уход. Гигиена питания, физические упражнения. Влияние курения, алкоголя и приема лекарственных

ных препаратов на развитие плода. Проблемы, связанные с беременностью (токсикоз, врожденные уродства, преждевременные роды). Роды.

ПРАКТИКА Уход за новорожденным. Характеристика возрастных периодов детей: новорожденность, грудной, дошкольный, школьный. Обеспечение правильного временного режима младенцев.(Бодрствование, сон, ритм кормления, кормление, купание). Ответственное родительство.

Планируемые результаты.

Предметные результаты освоение знаний о:

1. факторах, оказывающих неблагоприятное влияние на репродуктивное здоровье женщины; здоровом образе жизни и его влиянии на репродуктивное здоровье;
2. правовых аспектах взаимоотношения полов; об основах семейного права в Российской Федерации;
3. способах и правилах оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
4. о здоровом образе жизни и его составляющих;

Метапредметные результаты

1. обосновать влияние состояния здоровья родителей на здоровье будущего ребенка;
2. дать оценку влияния вредных привычек на благополучие человека и семьи;

Личностными результатами являются:

1. 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;
2. овладение умениями: строить свои взаимоотношения с родителями, старшими, сверстниками; формировать свою индивидуальную систем здорового образа жизни, обеспечивающую духовное, физическое и социальное благополучие; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим в различных бытовых ситуациях.

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

1. сохранения и укрепления репродуктивного здоровья в реальной окружающей среде;
2. профилактики вредных привычек;
3. соблюдения режима дня, труда, отдыха и рационального питания;
4. соблюдения норм личной и общественной гигиены;

5. предотвращения ранних половых связей и профилактики инфекций, передаваемых половым путем;
6. оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных бытовых ситуациях.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

- 2.1. Календарно – учебный график программы представлен в приложении 1.**
- 2.2. Календарный план воспитательной работы представлен в приложении 2.**

2.3. Условия реализации программы.

Оборудование и наглядный материал.

1. динамометр, линейка
2. статматериал социально – демографических процессов в с. Помоздино
3. жгут, бинт, шины, аптечка
4. таблицы по ОБЖ и биологии:
 - Строение женской половой системы
 - Алкоголь, его влияние на организм
 - Курение, его влияние на организм
 - Наркотики, его влияние на организм
 - Рациональное питание
 - Витамины
 - Профилактика искривления осанки
 - СПИД
 - ИППП
 - Скелет человека
 - Виды суставов
 - Набор таблиц по ОБЖ « первая мед. помощь»
5. видеофильм «Начало новой жизни»
6. буклеты:
 - a. ИППП
 - b. СПИД
 - c. Грудное вскармливание
 - d. Это должен знать каждый
 - e. Приданое малышу

2.4. Формы контроля

Характеристика оценочных материалов программы

№	Предмет оцениван	Формы и	Критерии	Показатели	Виды
1	Практические знания по разделу « Понятие здоровье. Духовное и физиическое здоровье »	Устный опрос	Полнота, системность, прочность знаний программным требованиям	Изложение полученных знаний в устной форме: 3 балла – полное, в системе, допускаются единичные несущественные ошибки, самостоятельно исправляемые учащимися, 2 балла – полное, в системе, допускаются отдельные несущественные ошибки, исправляемые после указания педагога 1 балл – неполное, допускаются отдельные существенные ошибки	Промежуточный

2	Теоретические знания по Разделу «Инфекционные заболевания. Профилактика инфекционных заболеваний»	Тестирование, письменная работа (по выбору)	Полнота, системность, прочность знаний программным требованиям	Изложение полученных знаний в устной форме: 3 балла – полное, в системе, допускаются единичные несущественные ошибки, самостоятельно исправляемые учащимися, 2 балла – полное, в системе, допускаются отдельные несущественные ошибки, исправляемые после указания педагога 1 балл – непол-	Промежуточный
	Практические знания по разделу «Инфекционные заболевания. Профилактика инфекционных заболеваний»	Практическая деятельность (выступление с докладом, выпуск буклетов)	Степень самостоятельности выполнения действия (умения)	3 балла – свободно применяет умение (выполняет действие) на практике, в различных ситуациях 2 балла – применяет умение (выполняет действие) на практике, возможны незначительные ошибки, которые	Промежуточный

3	Теоретические знания по Разделу «Первая доврачебная помощь при травмах, несчастных случаях»	Тестирование, письменная работа (по выбору)	Полнота, системность, прочность знаний программным требованиям	Изложение полученных знаний в устной форме: 3 балла – полное, в системе, допускаются единичные несущественные ошибки, самостоятельно исправляемые учащимися, 2 балла – полное, в системе, допускаются отдельные несущественные ошибки, исправляемые после указания педагога 1 балл – неполное, допускаются отдельные существенные ошиб-	Промежуточный
	Практические знания по Разделу «Первая доврачебная помощь при травмах, несчастных случаях»	Практическая деятельность (зачет по первой доврачебной помощи)	Степень самостоятельности выполнения действия (умения)	3 балла – свободно применяет умение (выполняет действие) на практике, в различных ситуациях 2 балла – применяет умение (выполняет действие) на практике, возможны незначительные ошибки, которые	Промежуточный

4	Теоретические знания по Разделу «Социально – демографические процессы в современном обществе»	Устный опрос	Полнота, системность, прочность знаний программным требованиям	Изложение полученных знаний в устной форме: 3 балла – полное, в системе, допускаются единичные несущественные ошибки, самостоятельно исправляемые учащимися, 2 балла – полное, в системе, допускаются отдельные несущественные ошибки, исправляемые после указания педагога 1 балл – неполное, допускаются отдельные существенные ошибки	Промежуточный
	Практические знания по разделу «Социально – демографические процессы в современном обществе»	Практическая деятельность Анализ статистического материала: рождаемость, смертность, количество браков и разводов, показателей заболеваемости в СП «Помоздино»	Степень самостоятельности выполнения действия (умения)	3 балла – свободно применяет умение (выполняет действие) на практике, в различных ситуациях 2 балла – применяет умение (выполняет действие) на практике, возможны незначительные ошибки, которые	Промежуточный

5	Теоретические знания по Разделу «Семья в современном обществе»	Устный опрос	Полнота, системность, прочность знаний программным требованиям	Изложение полученных знаний в устной форме: 3 балла – полное, в системе, допускаются единичные несущественные ошибки, самостоятельно исправляемые учащимися, 2 балла – полное, в системе, допускаются отдельные несущественные ошибки, исправляемые после указания педагога 1 балл – неполное, допускаются отдельные существенные ошибки	Промежуточный
	Практические знания по Разделу «Семья в современном обществе»	Практическая деятельность Знакомство с Семейным кодексом Российской Федерации, осуществление семейных прав и исполнение семейных обязанностей. Условия и порядок заключения брака, брачный возраст. Права и обязанности супругов. Права несовершеннолетних детей. Тестиро-	Степень самостоятельности выполнения действия (умения)	3 балла – свободно применяет умение (выполняет действие) на практике, в различных ситуациях 2 балла – применяет умение (выполняет действие) на практике, возможны незначительные ошибки, которые	Промежуточный

6	Теоретические знания по Разделу « Репродуктивное здоровье »	Устный опрос	Полнота, системность, прочность знаний программным требованиям	Изложение полученных знаний в устной форме: 3 балла – полное, в системе, допускаются единичные несущественные ошибки, самостоятельно исправляемые учащимися, 2 балла – полное, в системе, допускаются отдельные несущественные ошибки, исправляемые после указания педагога 1 балл – неполное, допускаются отдельные существенные ошибки	Промежуточный контроль
	Практические знания по Разделу « Репродуктивное здоровье »	Сообщение	Степень самостоятельности выполнения действия (умения)	3 балла – свободно применяет умение (выполняет действие) на практике, в различных ситуациях 2 балла – применяет умение (выполняет действие) на практике, возможны незначительные ошибки, которые	Промежуточный

2.5. Методические материалы

Педагогические технологии:

1). по способу подачи материала:

- словесный (объяснение, беседа, рассказ, инструктаж);
- наглядный (показ, экспозиция выставочного материала, презентация);
- практический (выполнение работ с применением полученных знаний);

2). по характеру деятельности учащегося:

- объяснительно – иллюстрированный;
- репродуктивный;
- проблемный;
- исследовательский;
- проектный.

В процессе творческо–познавательной деятельности учащиеся изучают, систематизируют и самостоятельно используют полученные знания, разрабатывают самостоятельные продукты, такие как записи в тетради, опорные конспекты, обработанные на компьютере фотографии, портфолио, доклады, сообщения, презентации.

Формы организации педагогической деятельности

- индивидуальная работа;
- групповая работа;
- консультативная работа;
- разработка презентаций;

В основу разработки программы использованы технологии, ориентированные на формирование общекультурных ценностей учащихся:

- технология развивающего обучения;
- личносно – ориентированная;
- проектная;

Основной формой организации учебного процесса является учебное занятие.

Используется принцип дифференцированного и индивидуального подхода обучения с учётом интересов учащихся. Программа построена по принципу «спирали»: изучение новой темы начинается с повторения пройденного материала и постепенного усложнения.

2.6. Список литературы.

1. Васильков Г.А. Гимнастика в режиме для школьников. Пособие для учителей и родителей. Изд.2-е, перераб. и доп. – М.: «Просвещение», 1976.
2. Велигченко В.К. Физкультура для ослабленных детей. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, 1989. – 109 с., ил. – (Физкультура и здоровье).
3. Глазырина Л.Д., Лопатик Т.А. Методика преподавания физической культуры: 1-4 кл.: Метод. пособие и программа.- М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2002.-208с.- (Б-ка учителя начальной школы).

4. Красикова И.С, Осанка: Воспитание правильной осанки. Лечение нарушений осанки. 2-е изд. – СПб.: КОРОНА принт., 2003. – 176 с.: ил.
5. Красикова И.С. Плоскостопие у детей. – СПб: Издательский центр «Учитель и ученик», 2002. – 128 с.: ил.
6. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений /С.Н.Попов, Н.М. Валеев, Т.С.Гарасева и др.; Под ред. С.Н.Попова.- М.: Издательский центр «Академия», 2004.- 416 с.
7. Овсянников В.Д. Дыхательная гимнастика. – М.:Знание, 1986. -64с.- (Новое в жизни, науке, технике. Сер. «Физкультура и спорт»;№3)
8. Оздоровление детей в организованных коллективах: Практическое руководство/ Ред. С.Д.Соловей. – С.-Петербург: Ривьера, 1995,214с.
9. Потапчук А.А, Дидур М.Д. Осанка и физическое развитие детей. Программы диагностики и коррекции нарушений. – СПб: Речь, 2001. – 166 с.
10. Степанова О.А. Игра и оздоровительная работа в начальной школе: Методическое пособие для учителей начальной школы, воспитателей групп продленного дня, педагогов системы дополнительного образования и родителей. Серия «Игровые технологии»- М.:ТЦ Сфера, 2003. - 144с.
11. Хрипкова О.Г. и др. Возрастная физиология и школьная гигиена: Пособие для студентов пед. ин-тов. /А.Г.Хрипкова, М.В.Антропова, Д.А.Фарбер. – М.: Просвещение, 1990. – 319 с.
12. Хамзин Х. Сохранить осанку – сберечь здоровье. – М.: «Знание», 1980

Приложение 1

Календарно – учебный график программы

№ урока	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения	Дата проведения по факту
1	Здоровье. Факторы, влияющие на здоровье.	1		
Инфекционные заболевания (7 ч.)				
2	Инфекционные заболевания. Пути проникновения инфекции.	1		
3	Инфекционные заболевания. Эпидемия. Пандемия. Карантин.	1		
4	Иммунитет. Виды иммунитета	1		
5	Профилактика инфекционных заболеваний	1		
6	Характеристика инфекционных заболеваний.	1		
7	Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП)	1		
8	Обобщение знаний по теме "Инфек-	1		

	ционные заболевания"			
Первая доврачебная помощь (16 часов)				
9	Сердечно -сосудистая система. Кровотечение. Виды кровотечений. Первая помощь	1		
10	Десмургия. Правила наложения повязки, жгута	1		
11	Опорно - двигательная система: скелет, мышцы, сустав	1		
12	Перелом. Первая помощь при переломе	1		
13	Ушиб, вывих, растяжение связок. Первая помощь.	1		
14	Иммобилизация, правила наложения шины	1		
15	Ранения, виды ранений, первая помощь. Асептика, антисептика.	1		
16	Ожог, виды ожогов. Первая помощь при ожогах. Правила "5", "9", ладони.	1		
17	Обморожение. Первая помощь при обморожениях	1		
18	Тепловой и солнечный удар. Первая помощь	1		
19	Электротравмы. Первая помощь	1		
20	Отравление. Первая помощь	1		
21	Острая сердечная недостаточность. Инсульт. Первая помощь	1		
22	Экстренная реанимационная помощь, клиническая , биологическая смерть, искусственное дыхание, непрямой массаж сердца	1		
23	Правила оказания первой помощи искусственного дыхания, непрямого массажа сердца	1		
24	Обобщение знаний по теме "Травмы, несчастные случаи"	1		
Социально-демографические процессы в современном обществе (2 ч.)				
25	Демография. Рождаемость и смертность. Естественный прирост	1		
26	Социальная роль женщины в современном обществе	1		
Семья в современном обществе (3 ч)				
27	Брак и семья. Культура брачных отношений.	1		

28	Основы семейного права в РФ Права и обязанности родителей.	1		
29	Конвенция ООН «о правах ребенка»	1		
Репродуктивное здоровье (5 ч.)				
30	Репродуктивное здоровье, факторы, влияющие на здоровье женщины	1		
31	Вредные привычки и их влияние на женский организм, здоровье будущего ребенка	1		
32	Беременность и гигиена беременной женщины. Роды	1		
33	Уход за новорожденным ребенком	1		
34	Методы контрацепции.	1		
	Итого – 34 часа	34		

Приложение 2.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление воспитательной работы	Наименование мероприятий	Дата выполнения	Планируемый результат	Примечание
1	Воспитание семейных ценностей	Международный день семьи	15 мая	Укрепление семейных ценностей	
2	Физическое развитие и культура здоровья	День Здоровья	7 апреля	Пропаганда здорового образа жизни	
3	Физическое развитие и культура здоровья	День борьбы со СПИДом	1 декабря	Повышение осведомленности о ВИЧ, демонстрация солидарности перед лицом пандемии, содействие в профилактике и лечении СПИДа	