**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**средняя общеобразовательная школа № 4**

Рассмотрено: Принято: Утверждаю:

на заседании ШМО зам. дир. По УВР директор школы

учителей (предмет) Н.В. Григорьева И.В. Кирилина

рук. МО Е.К.Высотина «\_\_\_\_\_\_\_\_»2014 г. «\_\_\_\_\_\_» 2014 г.

протокол № от

«\_\_\_\_\_\_\_\_»2014 г.

**Рабочая программа**

по Основам безопасности жизнедеятельности

в 10 классе

учитель: Сергеев Сергей Сергеевич

Г. Дивногорск

2014-2015 гг.

**Пояснительная записка**

Примерная учебная программа для девушек 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. Рабочая программа разработана с опорой на примерную программу по основам безопасности жизнедеятельности 5-11 класса А.Т. Смирнова. Занятия проводятся с девушками, а с юношами в это время проводятся занятия по основам военной службы.

**Цели и задачи курса ОБЖ в 11 классе:**

* формирование представления о демографической ситуации в России;
* - формирование представления о репродуктивном здоровье женщины;
* о социальной роли женщины в современном обществе;
* о факторах, оказывающих неблагоприятное влияние на репродуктивное здоровье женщины;
* 0 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.

. **Требования к уровню подготовки учащихся за курс обучения.**

В результате освоения программы обучающиеся должны **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.

**Знать**:

• общие понятия о здоровье и репродуктивном здоровье;

• демографическую обстановку в России и о ее влиянии на безопасность государства;

• социальную роль женщины в современном обществе; здоровый образе жизни и его составляющих;

• влияние здоровья родителей на здоровье будущего ребенка;

• влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека;

• вредные привычки, их последствия и меры по их профилактике;

• основы семейного права в Российской Федерации;

• основы законодательства по правам и обязанностям родителей и о правах ребенка.

**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни**

В результате освоения курса программы у обучающихся будет сформировано целостное представление об особенностях развития демографических процессов в современной России, о роли женщины в современном обществе. Учащиеся расширят свой кругозор по проблематике беременности и уходом за ребенком, о выстраивании гармоничных половых отношений. В конечном счёте реализация программы послужит базой обучающихся 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.

**Система оценивания**. Оценивание строится по традиционной пятибалльной системе. Критерии выставления оценок:

**«отлично»** - выставляется за полный, содержательный ответ. (или выполнение письменной работы( Правильно названы факты, события, понятия. Обучающийся раскрывает факты, объясняет суть и значение тех или иных событий, сравнивает, анализирует, делает выводы. Речь связная, монологическая.

**«хорошо»** - выставляется за неполный или неточный ответ (или выполнение письменной работы).

При ответе правильно названы, (указаны), термины, понятия. Обучающийся понимает и при помощи учителя раскрывает факты, суть и значение тех или иных событий. Речь связная, монологически выверенная.

**«удовлетворительно»** - выставляется за правильно названные (указанные), события, даты термины. Обучающийся не может раскрыть суть и значение происходивших событий, не видит причин и следствий между фактами и событиями, не может делать сравнение и выводы. Речь обрывистая, обучающийся перескакивает с одной мысли на другую. Ответ выстроен нелогично.

**«неудовлетворительно»** - выставляется если учащийся не может с помощью учителя назвать (указать), события, термины, Не понимает их значение. Речь обрывистая, ответ лишен всякой логики и смысла. Учащийся путает, термины, При оценивании письменных работ, помимо вышеперечисленного учитывается грамотность написания и оформления работы.

**Содержание программы учебного курса**

**Календарно-тематическое планирование по ОБЖ 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 безопасность государства |  | **1** |
| 1.4 | Социальная роль женщины в современном обществе |  | **1** |
| 1.5 | Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества |  | **1** |
| **2** | **Репродуктивное здоровье женщины и факторы на него влияющие** |  | **8** |
| 2.1 | Женская половая система и ее функционирование |  | **1** |
| 2.2 | Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка |  | **1** |
| 2.3 | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека |  | **1** |
| 2.4 | Вредные привычки и их влияние на здоровье |  | **1** |
| 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** |
| 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. Конвенция ООН «О правах ребенка» |  | **1** |
| **5** | **Беременность и уход за младенцем** |  | **2** |
| 5.1 | Беременность и гигиена беременности |  | **1** |
| 5.2 | Уход за младенцем |  | **1** |

**Литература для учащихся**

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 8 класса общеобразовательных учреждений. Составитель: Смирнова А.Т. Литвинов Е.А. М., издательство АСТ, 2005 г.
2. Основы медицинских знаний и охрана здоровья «Основы безопасности жизнедеятельности»: учебник для 6-8 классов. Е.Л. Вишневская, Н.К. Барсукова, Т.И. Широкова, М., Русское слово, 1995 г.
3. Андрейчук В.И. Как себя защитить. – Л.: ГДОИФК. 1990.
4. Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. -М: Зеркало, 1994 г..

**Литература для учителя**

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 8 класса общеобразовательных учреждений. Составитель: Смирнов А.Т. Литвинов Е.А. М., издательство АСТ, 2005 г.
2. Титов С.В., Шабаева Г.И. Тематические игры по ОБЖ. Методическое пособие для учителя.- М., Сфера 2005 г.
3. Бабанский Ю.К. Методы обучения в современной школе. – М.: Провящение,1985г.
4. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. – М. Мысль, 1983.
5. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;