****

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

программы «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»

для граждан женского пола, обучающихся в 10-х классе МБОУ СШ № 62

с \_\_\_ мая по \_\_\_ мая 2021 года

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ пп** | **Тема, содержание и вид занятий** | **Количество часов\***  | **Руководитель занятия** | **Место проведения** | **Дата** **Время****адаптировано с учетом норм СанПиН** | **Материальное обеспечение** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |  | 6 |
|  | **1 день 25.05.2021 (очно-заочное дистанционное)** |
|  | **Основы здорового образа жизни** | **8** |  |  |  |  |
| 1 | [Лекция](https://www.youtube.com/watch?v=i6dAmA4HNUc) **[«Личная гигиена, общие понятия и определения»](https://www.youtube.com/watch?v=i6dAmA4HNUc)** **[Некоторые понятия об очищении организма.](https://www.youtube.com/watch?v=i6dAmA4HNUc)****[Формирование правильного взаимоотношения полов](https://www.youtube.com/watch?v=i6dAmA4HNUc)** | 111 | Учитель химии и биологии | МБОУ СШ № 62 | 8.00 – 8.459.00 – 9.4510.00 – 10.45 | Онлайн Конспект учебного занятия, видеоролики сопровождения лекции, плакаты, схемы, листы задания, методический раздаточный материал в режиме (онлайн). |
| 2 | **Лекции:****[Первая помощь при острой сердечной недостаточности.](https://www.youtube.com/watch?v=iMULw3lJloY)****[Первая помощь при инсульте.](https://www.youtube.com/watch?v=iMULw3lJloY)**[**Инфаркт миокарда.**](https://www.youtube.com/watch?v=xs5XA2EF1VE)[**Понятие клинической смерти и реанимации. Возможные причины и признаки клинической смерти.**](https://www.youtube.com/watch?v=iMULw3lJloY) | 111 | Учитель химии и биологии | МБОУ СШ № 62 | 11.00-11.4512.00 – 12.4513.00 – 13.45 |  |
| 3 | **Домашняя работа.**Самостоятельное изучение тем, распределение тем по группам:1 группа – 4-5 человек: [**Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежда.**](https://www.youtube.com/watch?v=BQfGNBdpyoQ)2 группа – 4-5 человек: [**Основные инфекционные**](https://www.youtube.com/watch?v=kzfT2XYChhY) **и** [**неинфекционные заболевания**](https://www.youtube.com/watch?v=XNNlUXfEg4A)**.**3 группа – 4-5 человек: [**Меры профилактики инфекционных заболеваний.**](https://www.youtube.com/watch?v=eyF_Kx0aBHk)[**Онлайн - тест по итогам 1 дня обучения.**](https://forms.gle/EVjJzr26QWrH9oVd8)Ссылка: <https://forms.gle/EVjJzr26QWrH9oVd8>  | 1 | Учитель химии и биологии | Проведение занятий с дистанционной формой обучения | 14.00 – 14.30 | [*Выполнить онлайн тест по результатам 1 дня обучения*](https://forms.gle/EVjJzr26QWrH9oVd8)*Принести бинты по 2 упаковки на 1 человека (1 марлевый, 1 эластичный)* |
|  | **2 день 26.05.2021 ( очно - заочное дистанционное)** |
| 1 | Лекция[**«Виды ран и общие правила оказания первой помощи».**](https://www.youtube.com/watch?v=I9pX87Hx0js) | 1 | Учитель химии и биологии | Учебный класс МБОУ СШ № 62 | 8.00-8.45 | Конспект учебного занятия, видеоролики сопровождения лекции, плакаты, схемы, листы задания, методический раздаточный материал |
| 2 | Лекция [**«Болезни, передаваемые половым путём, и меры их профилактики»**.](https://www.youtube.com/watch?v=zmhMc423pUU&t=4s)Лекция [**«СПИД и его профилактика».**](https://www.youtube.com/watch?v=mrrAj6Iq2YQ) | 2 | Учитель химии и биологии | Учебный класс МБОУ СШ № 62 | 9.00 -9.4510.00 – 10.45 | Конспект учебного занятия, видеоролики сопровождения лекции, плакаты, схемы, листы задания, методический раздаточный материал. |
| 3 | [**Виды ран и повязок, общие правила оказания первой помощи.**](https://www.youtube.com/watch?v=4yRDWJUTOEg)[**Правила наложения давящей повязки.**](https://www.youtube.com/watch?v=_6yWZctUYvk)[**Практическое занятие.**](https://www.youtube.com/watch?v=ua_ljnBBzOs) | 2 | Учитель химии и биологии | Учебный классМБОУ СШ № 62 | 11.00-11.4512.00 – 12.45 | Аптечка первой медицинской помощи, медицинский жгут, комплект санитарной сумки. |
| 4 | **Домашняя работа.**Самостоятельное изучение тем, распределение тем по группам:1 группа – 4-5 человек: [**Первая помощь при тепловом и солнечном ударах**](https://www.youtube.com/watch?v=Y8TX80oY384), 2 группа – 4-5 человек: [**при поражении электрическим током**](https://www.youtube.com/watch?v=tP07UhSIO5E&t=9s), 3 группа – 4-5 человек[: **при ожогах и отморожениях**](https://www.youtube.com/watch?v=BlayWSyTl8o)[**При поражении электрическим током (дополнительный материал)**](https://www.youtube.com/watch?v=meMbxq6GUZo)[Онлайн – тест по итогам второго дня обучения](https://forms.gle/SAhqft8zvpKsc6T49)Ссылка: <https://forms.gle/SAhqft8zvpKsc6T49>  | 2 | Учитель химии и биологии | Проведение занятий с дистанционной формой обучения | 13.00-13.30[Выполнить онлайн-тест по итогам 2 дня обучения](https://forms.gle/SAhqft8zvpKsc6T49) | Сделать конспект занятия на заданную тему или выполнить презентацию |
|  | **3 день 27.05.2021 (заочное дистанционное)** |
| 1 | [**Способы остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки и жгута.**](https://www.youtube.com/watch?v=b5Ewyy4RIi4&t=972s) | 3 | Учитель химии и биологии | Проведение занятий с дистанционной формой обучения | 8.00-8.308.45 – 9.159.30 -10.00 | Онлайн Конспект учебного занятия, видеоролики сопровождения лекции, плакаты, схемы, листы задания, методический раздаточный материал |
| 2 | [**Первая помощь при острой сердечной недостаточности, при инсульте.**](https://www.youtube.com/watch?v=jygAB2izUJ4) | 2 | Учитель химии и биологии | Проведение занятий с дистанционной формой обучения | 10.15-10.4511.00 – 11.30 | Видео работы на Тренажере «Максим - II» |
| 3 | **Домашняя работа.**Самостоятельное изучение тем, распределение тем по группам:1 группа – 4-5 человек: [**Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, профилактика подобных травм**,](https://www.youtube.com/watch?v=XCpXVYSB4uI) 2 группа – 4-5 человек[: **Первая помощь при ЧМТ (с 41 мин.)**,](https://www.youtube.com/watch?v=mdCxp7bz3XE) 3 группа – 4-5 человек: **Первая помощь при травмах** [**груди (**](https://www.youtube.com/watch?v=mdCxp7bz3XE)**с 51 мин.),** [**живота**](https://www.youtube.com/watch?v=mdCxp7bz3XE) **с (55 мин.),** [**в области таза**](https://www.youtube.com/watch?v=mdCxp7bz3XE) **(с 39 мин.), при** [**повреждении позвоночника**](https://www.youtube.com/watch?v=mdCxp7bz3XE) **(32 мин.).**[Онлайн-тест по итогам 3 дня обучения](https://forms.gle/qkMQLazDiiRaUMeq9)Ссылка: <https://forms.gle/qkMQLazDiiRaUMeq9>  | 2 | Учитель химии и биологии | Проведение занятий с дистанционной формой обучения | 12.00 – 12.30[Выполнить онлайн тест по итогам 3 дня обучения](https://forms.gle/qkMQLazDiiRaUMeq9) | Сделать конспект занятия на данную тему или презентацию |
|  | **4 день 28.05.2021 (очное)** |
| 1 | [**Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции лёгких на тренажёре Максим - II.**](https://www.youtube.com/watch?v=2byRwoT4gJQ) **Урок практического занятия.** | 3 | Учитель химии и биологии | Учебный класс МБОУ СШ № 62 | 8.00-8.459.00 -9.4510.00 – 10.45 | Конспект учебного занятия, видеоролики сопровождения лекции, плакаты, схемы, листы задания, методический раздаточный материал |
| 2. | [**Первая доврачебная помощь при попадании в полости носа, глотки, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел.**](https://www.youtube.com/watch?v=qe4_0e3b-8U) **Урок практического занятия.**[**У маленьких детей**](https://www.youtube.com/watch?v=3d-0V9deHcQ&t=424s) | 3 | Учитель химии и биологии | Учебный класс МБОУ СШ № 62 | 11.00-11.4512.00 -12.4513.00 -13.45 | Конспект учебного занятия, видеоролики сопровождения лекции, плакаты, схемы, листы задания, методический раздаточный материал |
| 3 | [**Контрольный тест по темам 4 дня обучения**](https://forms.gle/UqPgJNj4tbWyoXAz7)Ссылка <https://forms.gle/UqPgJNj4tbWyoXAz7>  | 1 | Учитель химии и биологии | Проведение занятий с дистанционной формой обучения | 14.00-14.30 | Онлайн тест |
|  | **5 день 29.05.2021 (очное)** |
| 1 | [**Первая помощь и транспортировка пострадавшего, при травмах опорно-ддвигательного аппарата, первая помощь при черепно-мозговой травме профилактика подобных травм (повязки на голову).**](https://www.youtube.com/watch?v=E3ietEp2L7Q&t=288s) **Практическое занятие. Повязки и транспортировка.**[**Общие правила транспортировки пострадавшего.**](https://www.youtube.com/watch?v=_SezY_sEyE4)[**Транспортировка пострадавшего двумя спасателями.**](https://www.youtube.com/watch?v=18fbJBEVi60)[**Транспортировка пострадавшего при ДТП.**](https://www.youtube.com/watch?v=_HZl-cyzehI) | 3 | Учитель химии и биологии | Учебный класс МБОУ СШ № 62 | 8.00-8.459.00 - 9.4510.00 – 10.45 | Аптечка первой медицинской помощи, медицинский жгут, комплект санитарной сумки, санитарные носилки, шины. |
| 2. | **Первая помощь при травмах** [**груди**](https://www.youtube.com/watch?v=BSidLcUg9tQ&t=2s)**,** [**живота**](https://www.youtube.com/watch?v=rt6RLwDFZuY)**, костей конечностей,** [**при повреждении позвоночника.**](https://www.youtube.com/watch?v=OKqHrwvNpMA) **Практическое занятие.**[**Понятие травмы опорно-двигательного аппарата.**](https://www.youtube.com/watch?v=JpoyNG224ps&t=989s)[**Первая помощь при ушибах, растяжениях, вывихах и переломах.**](https://www.youtube.com/watch?v=laXhzBGEOVQ) | 2 | Учитель химии и биологии. | Учебный класс МБОУ СШ № 62 | 11.00-11.4512.00 – 12.45 | Аптечка первой медицинской помощи, медицинский жгут, комплект санитарной сумки, санитарные носилки, шины. |
| 4. | **Первая помощь при** [**отморожении**](https://www.youtube.com/watch?v=Rxx9gW0MPS0)**,** [**тепловом и солнечном ударах**](https://www.youtube.com/watch?v=TSmXzVjP3Uo)**, при поражении** [**электрическим током**](https://www.youtube.com/watch?v=GXqLdMk2JsE) **и при** [**ожогах**](https://www.youtube.com/watch?v=k7xQHCkfKjU)[**(повязка варежка)**](https://www.youtube.com/watch?v=i__dsRcsSiw)[**(повязка перчатка)**](https://www.youtube.com/watch?v=ePWMJpyOPl0)**. Практическое занятие.** [**Повязки на верхнюю конечность и транспортировка.**](https://www.youtube.com/watch?v=4R0YeJzeaGQ)**Зачёт по практическим умениям.** | 1 | Учитель химии и биологии | Учебный класс МБОУ СШ № 62 | 13.00-13.45 | Аптечка первой медицинской помощи, медицинский жгут, комплект санитарной сумки, санитарные носилки, шины.Итоговый тест. |
| 5. | **Торжественное закрытие учебных полевых сборов 2021. Смотр песни и строя. Подведение итогов и награждение.**  | 1 | Преподаватель-организатор ОБЖ В.П. ПочепневУчитель химии и биологииЗамдиректора по УВР  | МБОУ СШ № 62 | 14.00-14.30 | Сценарий мероприятия торжественного закрытия, Протоколы сдачи нормативов, поощрительные призы и грамоты. Флаг РФ, гимн РФ. Микрофоны и аудиооборудование. |
| Итого: | Основы ЗОЖОМЗ и правила оказания ПМПВсего:  | 82735  |  |  |  |  |

**Ответственный за изучение медицинской программы учитель МБОУ СШ № 62\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кроттер Ю.В.**