|  |  |
| --- | --- |
| Дата занятия по расписанию, номер группы | 13.04.20, группа № 5 |
| Преподаватель, предмет | Фатеев Сергей Витальевич, основы безопасности жизнедеятельности |
| Контактные данные преподавателя | [mgutus@mail.ru](mailto:mgutus@mail.ru) |
| Указания к самостоятельному изучению материала | Тема учебного занятия: «Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки молодежи допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности». |
| Указания к выполнению самостоятельных заданий | Прочитать материал, написать доклад по **вопросам в конце текста (рефлексия)** в тетради или в файле. |
| Срок выполнения заданий | 14.04.20 до 16.45. |
| Примечания | Фото сообщения или файл отправить на мою эл. почту: [mgutus@mail.ru](mailto:mgutus@mail.ru) |

**Сохранение и укрепление здоровья - важная часть подготовки молодежи допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности**

Как вы думаете, какие требования предъявляются к здоровью призывника?



Требования к здоровью призывников определяются на законодательном уровне. Нужно отметить, что перечень заболеваний, которые предполагают проверку при призыве на военную службу, обширен. В то же время отмечается неоднозначная трактовка некоторых пунктов.

При обследовании разрешается использование методов исследования и информативных способов диагностики. Несмотря на это, риск диагностических ошибок сохраняется. В редких ситуациях предполагается затрудненное выявление заболеваний.

Самые распространенные заболевания:

* сколиоз;
* плоскостопие;
* нарушение зрения, слуха.

Такие заболевания предполагают ограничение в службе или признание призывника не годным. Официальная статистика подтверждает, что каждый второй – третий призывник не годен к армейской службе.

Медицинская комиссия требует ответственного подхода. В противном случае новобранец, у которого присутствуют отклонения здоровья, сталкивается с чрезмерно опасными внешними факторами и становится заложником сложившейся ситуации. Если же медицинские работники проявляют мало внимания, появляется риск ухудшения здоровья и появления новых заболеваний.

В официальном Расписании болезней зафиксировано 89 групп заболеваний, с которыми армейская служба становится невозможной. Каждая группа включает в себя десятки диагнозов. Таким образом, более 2000 заболеваний предполагают освобождение от армии.

1. **Изучение нового материала.**

Изучаемые вопросы:

1. Требования, предъявляемые к уровню здоровья допризывника при постановке его на воинский учёт.
2. Качества, которые необходимо формировать в себе молодому человеку при подготовке к военной службе.
3. Роль военной службы в формировании у военнослужащих качеств человека и гражданина — защитника Отечества.
4. Инфекционные болезни и их классификация.
5. Причины возникновения инфекционных болезней.
6. Профилактика инфекционных заболеваний.

**1. Требования, предъявляемые к уровню здоровья допризывника при постановке его на воинский учёт.**

Сохранение и укрепление здоровья, физическое развитие — это важная и неотъемлемая часть подготовки каждого гражданина к выполнению своего во­инского долга и к дальнейшей взрослой жизни.

Все граждане при начальной постановке на воинский учёт и призыве проходят медицинское освидетельствование врачей-специалистов, и ; только две категории подлежат призыву: категория «А» — годен к военной службе; категория «Б» — годен к военной службе с незначительными ограничениями.

Для того чтобы определить годность допризывников к военной службе, военные комиссариаты запрашивают следующие сведения:

* из психоневрологических, наркологических, проти­вотуберкулёзных, кожно-венерологических диспансеров списки лиц, состоящих в этих учреждениях на учёте;
* из других медицинских учреждений списки лиц, со­стоящих на диспансерном учёте и переболевших в течение последних 12 месяцев инфекционными и паразитарными болезнями, сведения о профилактических прививках и о непереносимости медикаментозных средств и других ве­ществ, а также медицинские карты и другие медицинские документы, характеризующие состояние здоровья граждан;
* из органов социальной защиты населения сведения о лицах, признанных инвалидами;
* из правоохранительных органов сведения о лицах, состоящих на учёте за правонарушения, бродяжничество, употребление наркотических, токсических веществ, алко­голя и медицинских препаратов в немедицинских целях.

***Выводы:*** *Каждый молодой человек допризывного возраста должен сохранять и укреплять своё здоровье, так как будущему защитнику Родины нужно быть крепким и физически закалённым.*

**2. Качества, которые необходимо формировать в себе молодому человеку при подготовке к военной службе.**

Подробное изучение состояния здоровья человека проводится только у призывников, а здоровые люди нужны везде. Любая гражданская специальность требует от каждого человека высоких духовных, физических и социальных качеств. Только здоровые люди могут успешно обеспечить своё благополучие в жизни. Поэтому формирование жизненно важных качеств и соблюдение норм здорового образа жиз­ни актуальны не только для молодых людей, подлежащих призыву на военную службу, но и для всех.

Основные жизненно важные качества и пути их формирования:

Духовные качества включают в себя смелость, решительность, силу воли.

Физические качества включают в себя выносливость, силу, скорость, гибкость.

Социальные качества включают в себя ответственность, исполнительность, умение жить в коллективе, дисципли­нированность.

Все эти качества формируются во время повседневных занятий в школе, во время занятий физической культу­рой и спортом, особенно военно-прикладными видами спорта.

***Выводы****: благополучие каждого зависит от его здоровья.*

**3. Роль военной службы в формировании у военнослужащих качеств человека и гражданина — защитника Отечества.**

Военная служба как никакой другой вид деятельности способствует выработке в каждом воен­нослужащем жизненно необходимых качеств и форми­рует личность человека и гражданина — защитника Отечества.

Военная служба является серьёзным критерием проверки способностей молодого человека к дальнейшей самостоятельной жизни, его умения управлять собой, в то числе и своим здоровьем.

В целях повышения устойчивости организма военнослужащих к различным резким изменениям физических факторов окружающей среды, к условиям, связанным с особенностями военной службы и выполнением боевых задач, в подразделениях и частях организуются систематические занятия по физической подготовке, спортивные мероприятия и мероприятия по закаливанию организма.

Закаливание военнослужащих в военных частях проводится систематически путём комплексного использования водных, солнечных и воздушных факторов внешне среды в сочетании с занятиями физической культурой и спортом.

Для профилактики и повышения невосприимчивость военнослужащих к инфекционным болезням делаются профилактические прививки.

Необходимые духовные и социальные качества личного состава Вооружённых Сил Российской Федерации формируются в процессе повседневной армейской жизни при выполнении функциональных обязанностей, в процессе боевой подготовки, во время учений и особенно в услови­ях реальных боевых действий.

Ме­роприятия, проводимые в воинских частях с целью укреп­ления и сохранения здоровья военнослужащих, в полной мере способствуют поддержанию здоровья военнослужащих на необходимом уровне. Для здорового духовно и физически человека все задачи, кото­рые ставит перед ним жизнь, разрешимы и приемлемы, в том числе и задачи военной службы.

***Выводы:*** *Заботясь о своём здо­ровье, человек заботится о своём дальнейшем благополу­чии.*

**4. Инфекционные болезни и их классификация.**

Инфекционные болезни — это группа болез­ней, которые вызываются специфическими возбудителя­ми: болезнетворными бактериями, вирусами, простейши­ми грибками.

**Классификация основных инфекционных болезней**

|  |  |
| --- | --- |
| Инфекционные болезни, вызываемые возбудителями, паразитирующими в организме человека | Инфекционные болезни, к возбудителям которых восприимчив человек |
| **КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ** | |
| Брюшной тиф, вирусный гепатит А, Е, дизентерия, полиомиелит, холера, паратиф А и В | Ботулизм, бруцеллез, сальмонеллез. |
| **ИНФЕКЦИИ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ** | |
| Ветряная оспа, грипп, дифтерия, коклюш, корь, краснуха, оспа натуральная, скарлатина, туберкулез и др. | Геморрагическая лихорадка, с почечным синдромом, онитоз. |
| **КРОВЯНЫЕ ИНФЕКЦИИ** | |
| Возвратный тиф эпидемический (вшивый), окопная лихорадка, сыпной тиф. | Блошиный тиф эндемический, возвратный тиф клещевой, желтая лихорадка, клещевой энцефалит, комариный энцефалит, туляремия, чума. |
| **ИНФЕКЦИИ НАРУЖНЫХ ПОКРОВОВ** | |
| Вирусный гепатит В, С, D, ВИЧ – инфекция, гонорея, рожа, сифилис, трахома. | Бешенство, сап, сибирская язва, столбняк, ящур. |

Классификация инфекционных болезней

Основные группы инфекционных болезней в зависимости от вида возбудителя.

|  |  |
| --- | --- |
| Вид возбудителя | Инфекционные болезни |
| Вирусные инфекции | Грипп, вирусные гепатиты, ВИЧ СПИД, инфекционный мононуклеоз, герпес, ветряная оспа, корь |
| Бактериальные инфекции | Дизентерия, сальмонеллез, туберкулез, холера, чума |
| Грибковые инфекции | Кандидоз, лишай |
| Инфекции, вызванные простейшими | Амебиаз, лямблиоз |
| Прионовые инфекции | Возбудителем являются специфические белковые молекулы – прионы, наименее изученная на сегодняшний день отрасль |
| Инфекции, вызванные паразитами (инвазии) | Черви (гельминтозы), эктопаразиты (вши, клещи) |

***Выводы:*** *каждый человек должен знать виды инфекционных болезней и способы заражения, чтобы предотвратить заболевание ими.*

**5. Причины возникновения инфекционных болезней.**

Непосредственной причиной возникнове­ния инфекционной болезни является внедрение в организм человека болезнетворных возбудителей и вступление их во взаимодействие с клетками и тканями организма. Иногда возникновение инфекционной болезни может быть вызвано попаданием в организм, главным образом с пищей, токси­нов болезнетворных возбудителей.

Тяжесть течения, клинические особенности и исход инфекционной болезни в большой степени зависят от состояния организма человека, его физиологических особенностей и состояния иммунной системы. Люди, ведущие здоровый образ жизни, менее подвержены инфекционным болезням и более успешно их переносят.

***Выводы:*** *Есть три основные причины возникновения инфекционных заболеваний: бактерии, вирусы и риккетсии.*

***6.* Профилактика инфекционных заболеваний.**

Для своевременной профилактики инфекционных заболеваний ведётся реги­страция их возникновения. В нашей стране обязательной регистрации подлежат заболевания туберкулёзом, брюш­ным тифом, паратифом А, сальмонеллёзом, бруцеллёзом, дизентерией, вирусными гепатитами, скарлатиной, дифте­рией, коклюшем, гриппом, корью, ветряной оспой, сып­ным тифом, малярией, энцефалитами, туляремией, бе­шенством, сибирской язвой, холерой, ВИЧ-инфекцией и др.

(в тетрадь)

***Профилактика*** — комплекс мероприятий, направленных на обеспечение высокого уровня здоровья людей, сти­мулирование их творческого долголетия, устранение при­чин заболеваний, улучшение условий труда, быта и отдыха населения, охрану окружающей среды. Профилактика под­разумевает проведение оздоровительных мероприятий, направленных на повышение иммунитета организма человека для поддержания его невосприимчивости к инфекционным болезням.

Для профилактики инфекционных заболеваний большое зна­чение имеет иммунизация.

(в тетрадь)

**Иммунизация** – это процесс, благодаря которому человек приобретает иммунитет, или становится невосприимчивым к инфекционной болезни, обычно, путем введения вакцины.

Различают иммунизацию активную, основанную на введении вакцин или антитоксинов, и пассивную, при которой вводят иммунную сыворотку или иммуноглобули­ны, а также пассивно-активную, когда вначале вводят иммунную сыворотку, а затем вакцину или антитоксин.

Иммунизация вакцинами и антитоксинами в качестве планового профилактического мероприятия более эффек­тивна, чем иммунизация сывороточными препаратами, так как обеспечивает защиту на более длительный срок.

***Выводы****: каждый человек обязан следить за своим здоровьем и проходить иммунизацию.*

**Вопросы к докладу (рефлексия):**

Сегодня на уроке я узнал…

Для меня было новым, что …

Я решил, что …