

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Сухоборская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО:
на методическом совете
протокол № 1
от 28.08.2023



Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа социально- гуманитарной направленности «Первая помощь»
Возраст обучающихся: 11-18 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель: Елисеев Василий Сергеевич,
учитель ОБЖ

с. Сухоборское, 2023

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первая помощь» предназначена для изучения основ медицинских знаний, она позволяет учащимся получить систематизированные представления о личном здоровье, об опасностях, о прогнозировании опасных ситуаций, оценке влияния их последствий на здоровье и жизнь человека и о выработке алгоритма безопасного поведения с учетом своих возможностей.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первая доврачебная помощь» составлена с учетом Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Концепции развития дополнительного образования (Распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014 № 1726 – р), Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018г. № 196

Актуальность программы. Жизнь современного человека с раннего детства подвергается многочисленным опасностям. Самые безобидные, на первый взгляд, предметы быта и повседневные дела являются часто причиной возникновения крайне тяжелых, иногда не совместимых с жизнью ситуаций, которые было бы возможно предотвратить выполнением простейших, но неотложных доврачебных манипуляций. Данная программа дает первичные навыки оказания помощи пострадавшим в любой экстремальной ситуации.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Первая помощь» **социально-гуманитарная:** создаются условия для социальной практики ребенка в его реальной жизни, накопления нравственного и практического опыта. Программа определяет пути формирования системы знаний, умений и способов деятельности, развития, воспитания и социализации учащихся.

Отличительные особенности программы:

Содержание программы имеет особенности, обусловленные, задачами развития, обучения и воспитания учащихся, социальными требованиями к уровню развития их личностных и познавательных качеств, психологическими возрастными особенностями учащихся. Содержание и структура курса обеспечивают выполнение требований к уровню подготовки школьников, развитие творческих умений, научного мировоззрения, гуманности, привитие самостоятельности, трудолюбия и заботливого отношения к людям.

Отличительные особенности программы заключаются:

успешность

обучения определяется способностью ребенка самостоятельно объяснить, почему он должен поступить именно так, а не иначе. И как результат – осознанное поведение в реальных опасных условиях.

доступность.

учебный материал должен быть изложен в доступной форме.

наглядность.

при обучении личной безопасности необходимы наглядные средства: плакаты, видеофильмы, чтобы дети могли увидеть, услышать и потрогать, тем самым реализовав потребность в познании.

единство воспитания и обучения.

на всех этапах обучения необходимо воспитывать у детей культуру безопасности.

Программа содействует сохранению единого образовательного пространства.

Календарный учебный график

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первая помощь» (1 час в неделю, всего 34 часа) рассчитан на учащихся средней и старшей ступени обучения (возраст – с 11 лет), которые проявляют определенный интерес к медицине.

Программа рассчитана на 1 год обучения

- 1) Состав учащихся: 15-20 учащихся
- 2) Возрастная группа: 11-18 лет;

Объем и сроки освоения программы:

Программа рассчитана на 1 год обучения. Всего часов в год -34 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Продолжительность одного занятия — 40 минут.

Формы и методы проведения занятий.

Формы занятий: лекция, семинар, дискуссия, конференция, диспут, экскурсия, круглые столы, деловые и ролевые игры, тренинг, конференция, защита проектов, поход, праздник, акция, , встреча с интересными людьми, презентация, турнир и другие.

Формы и методы работы.

Основные формы деятельности кружка по данной программе: обучение, применение знаний на практике через практические занятия, тестирование, игры, через конкурсы.

Формы проведения занятий: индивидуальные (тестирование), групповые (практика), коллективные. Работа проводится в форме теоретических и практических занятий.

Работа основывается на **различных видах деятельности:**

- Изучение правил гигиены, ЗОЖ и пропаганда их в классах;
- Встречи с медицинским работником, с целью изучения основ медицинских знаний и применения знаний на практике;
- Проведение практических занятий по медицине, создание проектов;
- Участие в различных конкурсах тематической направленности;
- Проведение игр, конкурсов, соревнований в школе.

Основные методы, используемые для реализации программы:

В обучении – практический, наглядный, словесный, работа с книгой, видеометод.

В воспитании – методы формирования сознания личности, методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения, методы стимулирования поведения и деятельности. Создается актив детей для оказания помощи учителю по изучению медицины и ЗОЖ во всех классах через агитацию, пропаганду, конкурсы, игры, соревнования.

Пути реализации программы:

1. Организационный период (организация кружка, выработка единых норм и методов поведения, ТБ, обновление оборудования и т.д.)

2. Основной период (Изучение основ медицины, практика и проектные работы, творческие дела и др.)

Срок реализации программы: программа рассчитана на 1 год обучения

Цель программы:

- Обучение правилам первой помощи;
- Обучение бережно и осознанно относиться к своему здоровью.

Задачи:

- Дать понятие о методах первой помощи;
- Расширить и углубить знания о строении и функциях организма;
- Оценивать жизненные ситуации с точки зрения безопасного образа жизни и сохранения здоровья;
- Развитие профессионально важных качеств личности, характерных для профессий, связанных с медициной.

Полученные учащимися знания позволят укрепить им здоровье, предупредить развитие вредных привычек в условиях неблагоприятного окружения, возродить спортивные и оздоровительные традиции как условие укрепления нравственных устоев личности.

Главные принципы программы

1. Деятельность кружка не должна нарушать учебного процесса школы.
2. Использование наглядного пособия, ИКТ и всех средств наглядности.
3. Предполагает постепенное усложнение материала.
4. Добровольность участия в данном виде деятельности.
5. Активность и творческий подход к проведению мероприятий.

Планируемые результаты

Личностные

- постепенное выстраивание собственного целостного мировоззрения;
- учиться признавать противоречивость и незавершенность своих взглядов на мир, возможность их изменения; учиться осознанно уточнять и корректировать свои взгляды и личностные позиции по мере расширения своего жизненного опыта;

- приобретать опыт участия в делах, приносящих пользу людям;
- учиться самостоятельно противостоять ситуациям, провоцирующим на поступки, которые угрожают безопасности и здоровью;
- знание основ здорового образа жизни и здоровье-сберегающих технологий;
- реализация установок здорового образа жизни;
- соблюдение норм поведения в окружающей среде, умение работать в коллективе;
- умение работать и зарабатывать, быть способным создать собственный продукт, принимать решения и нести ответственность за них.

Метапредметные

Регулятивные:

- способность работать с различными источниками информации, проводить поиск, анализ и отбор необходимой информации, ее преобразование, сохранение и передача;
- самостоятельно ставить личностно-необходимые учебные и жизненные задачи и определять, какие знания необходимо приобрести для их решения;
- толерантно строить свои отношения с людьми иных позиций и интересов, находить компромиссы;
- способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к здоровью своему и окружающих.

Познавательные:

- умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию;
- знания основ первой помощи при угрожающих состояниях, овладение опытом самопознания;
- соблюдение правил работы с медицинским оборудованием;
- использование медицинских знаний в быту.

Коммуникативные:

- владение способами презентации себя и своей деятельности, уметь принимать и передавать необходимую информацию;
- способность действовать в социуме с учётом позиций других людей.

Результаты по направленности программы:

- оказывать первую медицинскую помощь в различных ситуациях;

Могут научиться:

- оказывать доврачебную помощь при травмах, ожогах, обморожениях
- останавливать кровотечение путем давящей повязки, накладывания жгута и закрутки
- оказывать доврачебную помощь при травмах головы, грудной клетки, брюшной полости, переломах позвоночника, верхних и нижних конечностей
- выполнять ИВЛ способом «изо рта в рот» и «изо рта в нос» и непрямой массаж сердца (на фантоме)
- накладывать повязки

Обучающиеся могут узнать:

Правила оказания первой медицинской помощи

Об ожогах

Об обморожениях

О переломах

О травмах головы и грудной клетки

О травме брюшной полости

О травме таза и позвоночника

О десмургии (технике наложения повязок)

О терминальных состояниях

Основы сердечно-лёгочной реанимации

Обучающиеся будут:

Классифицировать травмы в зависимости от воздействия внешних факторов

Классифицировать виды кровотечений, механических травм, ожогов, электротравм по признакам

Составлять алгоритм оказания первой помощи при кровотечении, ушибе, растяжении,

ожоге, обморожении

Применять алгоритм оказания первой помощи на практических занятиях

Использовать подручные средства для оказания первой помощи

Составлять аптечку первой помощи

Оказывать само- и взаимопомощь в зависимости от конкретной ситуации

Учебно- тематическое планирование

№ п/п	Название раздела, темы	Всего	В том числе	
			Теоретические занятия	Практические занятия
1	Введение.	4	2	2
2	Кровотечения и раны	4	1	3
3	Переломы и вывихи	5	2	3
4	Ожоги и отморожения	4	1	3
5	Травмы головы, грудной клетки, живота. Транспортировка пострадавших	5	2	3
6	Основы реанимационных мероприятий	4	1	3
7	Техника наложения повязок	4	-	4
8	Комплексные соревнования	4	-	4
	Итого	34	9	25

№ п/п	Название раздела программы	Количество часов	Тема занятия	Форма контроля
1	Введение.	2 2	Понятие первой помощи. Практические работы: Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь; отработка навыков определения сознания у пострадавшего; решение ситуационных задач о принципах оказания первой помощи.	Выполнение практической работы
2	Кровотечения и раны	1 3	Кровотечения и раны. Практические работы: Наложение давящей повязки; кровоостанавливающего жгута, жгута-закрутки; решение практических ситуационных задач.	Выполнение практической работы

3	Переломы и вывихи	2 3	Переломы и вывихи Практические работы: Провести иммобилизацию костей плеча, предплечья, голени и бедра шинами изготовленными из подручных средств; наложение шины при открытом переломе костей голени; решение ситуационных задач.	Выполнение практической работы
4	Ожоги и отморожения	1 3	Ожоги и отморожения Практические работы: Обработка и наложение асептической повязки на область ожога I и II степени (на фантоме); техника наложения теплоизолирующей повязки; решение практических ситуационных задач.	Выполнение практической работы
5	Травмы головы, грудной клетки, живота. Транспортировка пострадавших	2 3	Травмы головы, грудной клетки, живота. Транспортировка практической пострадавших Практические работы: Наложение спиральной повязки при переломе ребер; транспортировка пострадавшего при открытой и закрытой травме живота; отработка наложения окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки; транспортировка пострадавших с переломом позвоночника и костей таза; отработка приемов фиксации шейного отдела позвоночника; транспортировка пострадавших при отсутствии подручных средств (одни человеком, несколькими людьми).	Выполнение практической работы
6	Основы реанимационных мероприятий	1 3	Основы реанимационных мероприятий Практические работы: Отработка навыков определения сознания у пострадавшего; отработка приемов восстановления проходимости дыхательных путей; техника проведения ИВЛ	Выполнение практической работы

			методом «рот ко рту»; техника проведения сердечно- легочной реанимации 1-м и 2-я спасателями; отработка приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.	
7	Техника наложения повязок	4	Техника наложения повязок. Практические работы: На голову - «шапочка», работы «чепец», «8-образная» На область сустава - «сходящаяся» и «расходящаяся»; «8-образная» На верхний плечевой пояс – «Дезо», «спиральная» На глаза – «монокулярная», «бинокулярная»	Выполнение практической работы
8	Комплексные соревнования	4	Комплексные соревнования.	Выполнение практической работы

Содержание программы

Введение - 4 часа

-Понятие о первой помощи

Первая помощь, перечень состояний, при которых оказывается первая помощь; перечень мероприятий по ее оказанию; основные правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь; соблюдение правил личной безопасности при оказании первой помощи; современные наборы средств и устройств для оказания первой помощи(автомобильная аптечка первой помощи); общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших; основные факторы, угрожающие жизни и здоровью при оказании первой помощи, пути их устранения.

Практические работы:

-Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь;

-отработка навыков определения сознания у пострадавшего;

-решение ситуационных задач о принципах оказания первой помощи.

Кровотечения и раны – 4 часа

-понятие о кровотечениях и ранах

-понятие основных способов временной остановки наружных кровотечений

Раны и их виды, первая помощь. Кровотечения. Виды кровотечений и их характерные признаки. Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение кровоостанавливающего жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки; оказание первой помощи при носовом кровотечении.

Практические работы:

-Наложение давящей повязки;

-кровоостанавливающего жгута, жгута-закрутки;

-решение практических ситуационных задач.

Переломы и вывихи – 4 часа

-понятие о переломах, вывихах

-понятие об иммобилизации

-понятие об основных принципах оказания первой помощи при переломах, вывихах

Переломы и вывихи, признаки переломов костей. Основные принципы транспортной иммобилизации. Виды шин. Транспортная иммобилизация подручными средствами при повреждении нижних и верхних конечностей. Травмы позвоночника

Практические работы:

- Провести иммобилизацию костей плеча, предплечья, голени и бедра шинами изготовленными из подручных средств;
- наложение шины при открытом переломе костей голени;
- решение ситуационных задач.

Ожоги и отморожения - 4 часа

- понятие о ожогах
- понятие о видах ожогов
- понятие о степенях ожогов
- понятие отморожения
- понятие первой помощи в зависимости от степени отморожения

Понятие ожог. Классификация и степени ожога. Способы определения площади ожоговой поверхности и степени ожога.

Доврачебная помощь при термических и химических ожогах.

Понятие отморожения. Причины и факторы способствующие отморожениям.

Классификация отморожений. Первая помощь в полевых и домашних условиях.

Практические работы:

- Обработка и наложение асептической повязки на область ожога I и II степени (на фантоме)
- техника наложения теплоизолирующей повязки;
- решение практических ситуационных задач.

Травмы головы, грудной клетки, живота.

Транспортировка пострадавших – 4 часа

- Понятие о травме и её видах
- Понятие о правилах транспортировки пострадавших

Травмы головы, оказание первой помощи. Особенности ранений волосистой части головы. Травмы груди; особенности наложения повязок при травме груди. Травмы живота, основные проявления, оказание первой помощи; закрытая травма живота с признаками внутреннего кровотечения; особенности наложения повязок на рану при выпадении внутренних органов брюшной полости.

Правила транспортировки пострадавших. Принципы очередности транспортировки при массовых травмах.

Практические работы:

- Наложение спиральной повязки при переломе ребер;
- транспортировка пострадавшего при открытой и закрытой травме живота;
- отработка наложения герметизирующей повязки при ранении грудной клетки;
- транспортировка пострадавших с переломом позвоночника и костей таза;
- отработка приемов фиксации шейного отдела позвоночника;
- транспортировка пострадавших при отсутствии подручных средств (одни человеком, несколькими людьми).

Основы реанимационных мероприятий - 4 часа

- понятие реанимации
- понятие клинической и биологической смерти
- понятие сердечно-легочной реанимации

Признаки жизни и смерти. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения. Способы проверки сознания, дыхания и кровообращения.

Методы проведения ИВЛ: «рот ко рту», «рот в нос». Показания и противопоказания ЗМС.

Современный алгоритм проведения сердечно- легочной реанимации(СЛР); ошибки и осложнения, возникающие при выполнении реанимационных мероприятий; прекращения СЛР; особенности СЛР у детей; порядок оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом у пострадавших в сознании.

Практические работы:

- Отработка навыков определения сознания у пострадавшего;
- отработка приемов восстановления проходимости дыхательных путей;
- техника проведения ИВЛ методом «рот ко рту»;
- техника проведения сердечно- легочной реанимации 1-м и 2-я спасателями;
- отработка приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.

Техника наложения повязок - 4 часа

- понятие о десмургии
 - понятие о повязке и перевязке
- Основные виды бинтовых повязок. Общие правила наложения повязок.

Практические работы:

Усвоить правила наложения перечисленных повязок:

- На голову - «шапочка», «чепец», «8-образная»
- На область сустава – «сходящаяся» и «расходящаяся»; «8-образная»
- На верхний плечевой пояс – «Дезо», «спиральная»
- На глаза – «монокулярная», «бинокулярная»

Комплексные соревнования.

Зачетные индивидуально – командные игровые соревнования по правилам оказания первой медицинской помощи.

Транспортировка пострадавших, наложение повязок, шин, проведение сердечно- легочной реанимации (СЛР).

Контрольно-оценочные средства

В процессе реализации дополнительной общеразвивающей программы предусмотрена система контроля планируемых результатов, которая позволяет определить эффективность обучения по программе, внести необходимую корректировку в образовательный процесс.

Система отслеживания результатов включает в себя разнообразные способы и методики:

- педагогическое наблюдение;
- тестирование;
- зачётные занятия.

С целью выявления уровня развития способностей и личностных качеств обучающихся и их соответствия прогнозируемым результатам программы проводится:

- входной контроль;
- текущий контроль (в течение учебного времени по темам программы);
- итоговый контроль (завершает полный курс).

Информационно-методические условия реализации программы.

Техническое оснащение:

- компьютер с экраном и проектором;
- плакаты по медицине;

Оборудование и приборы

1. Роботы-тренажеры.
2. Аптечка первой медицинской помощи, шины, бинты, резиновый жгут.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для преподавателя:

1. Мачулин Е.Г. Организация оказания медицинской помощи пострадавшим с травмам в чрезвычайной ситуации. – Мн., 2000.
2. Радионова О.М., Башкиров А.А. Первая доврачебная помощь /М.: РУДН, 2004.

Для обучающихся:

1. Алтынов П.И. Краткий справочник школьника /М.: Дрофа, 2004/
2. Величенко В.М., Юмашева Г.С. Первая доврачебная помощь /М.: Медицина, 2006

Интернет-ресурсы

1. Медицинский портал. Травматизм, причины травматизма,

<http://www.eurolab.ua/encyclopedia/traumatology/48535/>.

2. Сайт «Первая помощь». URL :<http://www.1st-aid.ru>.

3.Справочник по оказанию первой помощи (Школа Первой Помощи. Проект «Пространство безопасности»). URL : http://www.allsafety.ru/first_aid/index.htm.

4. Пособия по оказанию медицинской помощи. URL : <http://ihelpers.narod.ru/>

5.http://www.kchs.tomsk.gov.ru/med_pom.htm.

6. Научная электронная библиотека eLibrary. URL : <http://elibrary.ru>.

ЭБС СибЮИ ФСКН России www.sibli.ru.

7. ЭБС znaniium.com.