



**ТОЧКА РОСТА**

Центр образования цифрового  
и гуманитарного профилей

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ ОПЕКИ И ПОПЕЧИТЕЛЬСТВА АДМИНИСТРАЦИИ  
УРЮПИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Креповская  
средняя школа Урюпинского муниципального района Волгоградской  
области»

Принято на заседании

педагогического совета

от «31» 08 2022г.

Протокол № 9

Утверждаю

Директор МБОУ Креповской СШ

*О.С. Свиридова* О.С. Свиридова

«01» 09 2022г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
естественнонаучной направленности

**«Первая помощь – шаг за шагом».**

Срок реализации программы: 1 год

Возраст детей: 10 – 17 лет.

Составитель: Потапов Алексей Сергеевич,  
учитель ОБЖ

п. Учхоз, 2022

## Пояснительная записка

Программа «Первая помощь – шаг за шагом» разработана в соответствии с требованиями нормативных документов: - Ф3 РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» - Указ Президента РФ от 7.05.2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» - Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р - Приказ Минобрнауки РФ от 29.08.2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» - Примерные требования к содержанию и формированию образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844) - Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» - Методические рекомендации по проектированию дополнительных образовательных программ, Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 – Концепция преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

**Направленность программы:** естественнонаучной направленности.

**Актуальность и новизна программы** обусловлена необходимостью формирования базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности, выработке умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях. Программа направлена на формирование безопасных навыков, обеспечивающих защиту жизни и здоровья обучающихся, формирование необходимых навыков, необходимых для успешной адаптации к современной техно-социальной и информационной среде, способствуя проведению превентивных мероприятий в сфере безопасности. Обучение по программе способствует формированию у обучающихся сознательного и ответственного отношения к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретению навыков сохранения жизни и здоровья в повседневной жизни и в опасных условиях. Программа направлена на воспитание у обучающихся таких качеств, как дисциплинированность, внимательность, собранность, ответственность, осторожность, уверенность,

поскольку отсутствие именно этих качеств становится причиной трагических происшествий.

**Отличительные особенности программы.** Программа является многоуровневой, модульной. Уровни отличаются сложностью разрабатываемых проектов.

**Адресат программы.** Программа ориентирована на обучающихся возрастной категории 10-17 лет, имеющих базовый уровень владения ИКТ.

**Объем и срок освоения программы.** Программа рассчитана на 153 часа в год, 2 раза в неделю.

**Форма обучения:** очная

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.** Программа «Первая помощь – шаг за шагом» может проводиться в течение учебного года в объеме 2 и 2,5 часа в неделю.

### **Цели и задачи программы.**

**Цель курса:** создание условий для овладения учащимися основными медицинскими терминами и понятиями, для применения их на практике.

Для достижения данной цели считаю необходимым реализацию следующих **задач:**

#### **Задачи:**

##### **Предметные:**

1. Сформировать у учащихся навыки безопасного поведения в природе;
2. Научить оказывать первую медицинскую помощь в походе;
3. Ознакомить учащихся со спецификой разнообразия природных условий и богатой историей Волгоградской области;
4. Приобретение учащимися навыков сохранять жизнь и здоровье как в неблагоприятных и опасных ситуациях, так и в быту;
5. Выработка умений и навыков оказания само- и взаимопомощи;
6. Привитие учащимся практических навыков в оказании ПМП и уходе за ранеными и больными;

##### **Метапредметные:**

1. Развивать коммуникативные способности учащихся;
2. Учить принимать правильные решения в сложных жизненных ситуациях, работать в группе, разрешать конфликты; проявлять взаимовыручку и взаимопомощь;
3. Пропаганда здорового образа жизни и медицинских знаний;

4. Освоение практических приемов по оказанию доврачебной помощи при неотложных состояниях (искусственная вентиляция легких, массаж сердца, остановка кровотечения).

Личностные:

1. Формировать у учащихся ответственность за личную безопасность;
2. Воспитывать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;
3. Способствовать освоению стандартов культуры труда и общения.

Программа курса рассчитана на 153 учебных часа. Практически все занятия комбинированные, т.е. включают в себя теорию и практику. Основные методы и приемы преподавания: групповая работа, лекция, беседа, демонстрация, решение тестовых и дидактических задач, практические, интеллектуальные и деловые игры. Каждая тема курса имеет свои формы контроля уровня и степени усвоения материала.

Программа имеет ряд особенностей:

- в сравнительно короткое время каждого занятия учащиеся должны овладеть определенными практическими навыками, научиться определять необходимые медицинские мероприятия;
- овладение практическими навыками предполагается активную самостоятельную работу учащихся;
- теоретический материал неразрывно связан с практикой, и каждое занятие вытекает логически продолжением предыдущего.

• **Педагогическая целесообразность** программы объясняется тем, что особое

внимание в данной программе обращается на следующие принципы обучения:  
• а) *Принцип сознательности и активности*. Каждый обучающийся должен вполне сознательно выполнять, поставленные перед ним задачи.

• б) *Принцип наглядности*. Наиболее доходчивая форма обучения. На конкретных наглядных примерах обучающиеся должны более качественно усваивать необходимый материал.

• в) *Принцип доступности* (от известного к неизвестному, от простого к сложному, от легкого к трудному). Материал подбирается доступный для усвоения на основе уже имеющихся знаний.

• г) *Принцип систематичности занятий*. Успех в освоении определенных знаний, умений и навыков основывается на их систематическом закреплении.

• д) *Принцип постепенного повышения требований*.

### Учебный план.

Тема урока	Кол-во часов	Основные понятия урока
Первая медицинская помощь и ее значение.	3	Первая медицинская помощь. Первая доврачебная помощь. Принципы.
Понятие о ранах и кровотечениях	9	Рана (классификация), кровотечение (наружное, внутренне), венозное, артериальное, капиллярное;
ПМП при кровотечениях и ранениях.	9	Асептика, антисептика. Средства оказания ПМП при ранениях и кровотечениях. Жгут, закрутка
Техника временной остановки кровотечения и наложения бинтовых повязок.	6	Повязка, перевязка, перевязочный материал
Травмы опорно-двигательного аппарата.	9	Опорно-двигательный аппарат, ушиб, вывих, растяжение, разрыв, перелом (открытый и закрытый). Синдром длительного сдавливания, иммобилизация
ПМП при травмах опорно-двигательного аппарата. Способы транспортировки пострадавших	12	
ПМП при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	12	Черепно-мозговая травма, сотрясение головного мозга, иммобилизация.
ПМП при травмах груди, живота и области таза.	9	Закрытый пневмоторакс, открытый пневмоторакс, внутриутробное кровотечение, проникающее ранение.
Травматический шок и противошоковые мероприятия	9	Травматический шок (первичный, вторичный, поздний)
Первая медицинская помощь при ожогах, обморожениях, электротравмах.	9	Термический ожог, степени тяжести ожогов и обморожений, ожоговый шок. Электротравма
Сердечно-сосудистые заболевания.	12	Сердечно-сосудистая система, сердечная мышца, острая сердечная недостаточность, инсульт, инфаркт
Экстренная реанимационная помощь.	12	Реанимация, клиническая смерть, прекардиальный удар, искусственная вентиляция легких, непрямой массаж сердца.
Массовые поражения. Радиационные поражения и их профилактика.	9	Проникающая радиация Противорадиационная защита Внешнее и внутреннее облучение. Лучевая болезнь
Первая медицинская помощь при радиационных	6	

**Основное содержание курса «Первая помощь – шаг за шагом»**

			поражениях.
		Поражения отравляющими веществами	6
		Первая медицинская помощь при поражениях отравляющими веществами.	9
	действия	Заклочительное занятие.	12
	Повторяются все понятия и термины курса	Помоги себе и близким.	153
		Всего	

**1. Первая медицинская помощь и ее значение**

Что такое первая помощь? Цель первой помощи (ПП). Обязанности оказывающего ПП. Благоприятная атмосфера для оказания ПП для взрослых и детей. Принципы оказания ПП: оценка ситуации; безопасная обстановка; неотложная помощь; вызов помощи.

**2. Раны и кровотечения**

Классификация и характеристика кровотечений. Способы временной остановки кровотечения. Характеристика и признаки внутреннего кровотечения. Понятие о ране. Классификация и характеристика ран. Повязки, их виды и назначение. Правила наложения повязок.

**3. Травмы опорно-двигательного аппарата**

Ушибы и их признаки. Растяжение связок, разрывы связок и мышц, их признаки. Вывихи и их признаки. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, открытых и закрытых переломах. Отработка приема оказания первой помощи при закрытых и открытых переломах. Транспортиная иммобилизация.

**4. Черепно-мозговые травмы и повреждение позвоночника**

Черепно-мозговая травма. Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника. Сотрясение головного мозга. Отработка приема оказания первой медицинской помощи при травмах головы и позвоночника.

**5. Травмы груди, живота и области таза**

Опасности травм грудной клетки. Приемы оказания ПМП при переломе ребер, грудины и закрытом пневмотораксе. Открытый пневмоторакс. Приемы оказания помощи при повреждении живота. Приемы оказания ПМП при переломе костей таза.

## **6. Травматический шок и противошоковые мероприятия**

Понятие о травматическом шоке. Причины и признаки травматического шока, его действие на организм человека. Отработка приемов ПМП при травматическом шоке.

## **7. Ожоги и обморожения. Электротравмы.**

Понятие об ожогах и обморожениях, их степени. Особенности электротравм. Первая медицинская помощь (ПМП) при поражении электротоком. Отработка приемов оказания ПМП при ожогах, обморожениях и электротравмах.

## **8. Сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ)**

Сердце тренированного и нетренированного человека. Возрастные изменения сердечно-сосудистой системы. Изменения сердечной мышцы при различных заболеваниях. Заболевания кровеносных сосудов. Склероз. Гипертония. Острая сердечная недостаточность. Инсульт. Стенокардия. Инфаркт миокарда. Первая медицинская помощь. Правила оказания ПМП.

## **9. Экстренная реанимационная помощь**

Признаки жизни и смерти. Клиническая смерть. Реанимационные мероприятия. Искусственная вентиляция легких. непрямой массаж сердца. Отработка приемов проведения ИВЛ и непрямого массажа сердца.

## **10. Первая медицинская помощь при массовых поражениях.**

Радиационные поражения и их профилактика

Проникающая радиация и ее воздействие на здоровье человека. Внешнее и внутреннее облучение. Лучевая болезнь и ее периоды. Противорадиационная защита населения. Первая медицинская помощь при радиационных поражениях.

## **11. Поражения отравляющими веществами**

Характеристика ОВ и их поражающего действия. Особенности действия различных групп ОВ и основные признаки поражения ими. ОВ нервно-паралитического, кожно-нарывного, общедовитого, удушающего действия. Первая медицинская помощь при поражении отравляющими веществами

## **12. Помоги себе и близким**

Заключительное занятие.

### **Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение программы**

##### **1. Технические средства обучения**

Имеется возможность доступа в кабинете информатики к информационным ресурсам интернета.

##### **2. Учебно – практическое оборудование:**

- Тренажер – манекен для отработки сердечно- дыхательной реанимации;
- тренажер манекен для удаления инородного тела из верхних дыхательных путей;
- набор имитаторов травм и поражений
- шина складная, воротник шейный

- табельные средства для оказания первой помощи.

- демонстрационные таблицы.

3. Оборудование класса

- классная доска

- учебнические столы двухместные с комплектом стульев

- стол учительский с тумбой

- шкафы для хранения учебников, оборудования, дидактических материалов, пособий и др.

4. Спортивная площадка

**Методическое обеспечение.**

При проведении теоретических занятий используются таблицы, плакаты, электронные презентации.

Контроль знаний по пройденным темам теоретической части производится путем опроса. Контроль знаний правил ТБ при проведении занятий и обращении

проводится в форме опроса с допуском к занятиям только при безусловном знании темы.

**Педагогические технологии, используемые в обучении.**

Личностно – ориентированные технологии позволяют найти индивидуальные

подход к каждому ребенку, создать для него необходимые условия комфорта и успеха в обучении. Они предусматривают выбор темы, объем материала с учетом

сил, способностей и интересов ребенка, создают ситуацию сотрудничества для общения с другими членами коллектива, повышают активность и интерес детей к выполняемой работе.

**Формы аттестации**

Для оценки результативности учебных занятий, проводимых по дополнительной общеразвивающей программе стартового уровня «ПМП» применяется:

**Входной контроль**

(в начале курса обучения)

Определение уровня развития детей

Анкетирование

**Текущий контроль**

(в течение всего учебного года)

Оценка качества освоения какого-либо раздела учебного материала

Педагогическое наблюдение

**Промежуточные контроль**

(по окончании отчетного периода)

Определение степени усвоения обучающимися учебного материала,

Определение результатов обучения.

Выполнение нормативов;

**Итоговый контроль**

(в конце учебного года/курса обучения)

Оценка изменения уровня развития детей.

Выполнение нормативов;



Итоговое занятие.

### **Календарный учебный график**

Начало обучения: 1 сентября.

Окончание обучения: 31 мая.

Количество учебных недель: 35 недель.

### **Планируемые результаты усвоения**

Личностными результатами являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

Предметные результаты:

Обучающиеся научатся понимать/знать:

- основные понятия здоровья и факторов, влияющих на него;

иметь представление о существующих опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности;

элементарные правила поведения дома, в школе, на улице, в транспорте, на проезжей части, в лесу, на водоёмах;

основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной и повседневной жизни для:

- ведению здорового образа жизни;

- действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях;

- пользования бытовыми приборами;

- использования по назначению лекарственных препаратов;

- пользования бытовыми приборами;

- соблюдение правил дорожного движения;

- соблюдение мер пожарной безопасности дома и на природе;

- соблюдение мер безопасности поведения на водоёмах в любое время года;

- оказание первой медицинской помощи в неотложных состояниях;

- вызова (обращения) за помощью в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.

Дачи  
ной  
ии  
а,  
е;

## Список литературы

1. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Учебник. 9-11-ый класс для преподавателей-организаторов ОБЖ общеобразовательных учреждений «Основы медицинских знаний (Спаси и сохрани)», «АСТ-ЛТД», Москва, 1997 год.
2. Вишневская Е.Л. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие по основам медицинских знаний. М., «Русское слово», 1995.
3. Гоголев М.И. Методическое пособие по медико-санитарной подготовке. М., «Просвещение», 1985.
4. Гоголев М.И. Кружок по медико-санитарной подготовке в школе. М., «Просвещение», 1989.
5. Курцев П.А. Медико-санитарная подготовка учащихся. М., «Просвещение», 1991.
6. Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие для учащихся 10, 11 классов, М. «Дрофа», 2001.
7. Латчук В.Н. ОБЖ тестовый контроль. М., «Дрофа», 2004.
8. Медицинский справочник «Спасение 03 или первая помощь при несчастных случаях», «Герин», Санкт-Петербург, 1995 год.
9. Оказание первой медицинской помощи при дорожно-транспортных происшествиях. Сборник. Кострома, 2000.
10. Первая медицинская помощь. Комплект тематических таблиц. М., 2001.
11. Учебник Российского общества Красного Креста под редакцией академика Вартапяна Ф.Е. «Первая помощь», 2001 год.
12. Ужегов Г.Н. «Первая медицинская помощь (500 рекомендаций, как победить боль)», «Русич», Смоленск, 2001 год.
13. Чумаков Б.Н. 10 заповедей сохранения жизни. М., Педагогическое общество России, 2005.
14. Шляпцева М.А. «Первая медицинская помощь при несчастных случаях в экстремальной обстановке», ООО «Авенир-Дизайн», Кострома, 2001 год.