

МАОУ «Ушарбайская средняя общеобразовательная школа»

«Рассмотрено» На заседании МО Протокол от <u>31.08</u> 2023г.	«Согласовано» Зам. директора по УВР <u>Б.Мого</u> 2023г.	«Утверждаю» Директор МАОУ «УСОШ» <u>Б.Ч. Ванжилова</u> Ванжилова Б.Ч.
---	--	---

---

Дополнительная общеобразовательная программа

«Основы первой помощи»

Направленность: гуманитарная

Возраст учащихся: 11-14 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель:

Мэдэгэй А.Б.



### **Виды и формы контроля**

Виды занятий: теоретические, практические.

Формы контроля: выполнение нормативов; практические зачеты.

### **Механизмы формирования ключевых компетенций**

В результате освоения предметного содержания у учащихся предполагается формирование универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных) позволяющих достигать предметных, метапредметных и личностных результатов.

- **Познавательные:** в предлагаемом курсе кружка изучаемые определения и правила становятся основой формирования умений выделять признаки и свойства объектов. В процессе поиска решения у учеников формируются и развиваются основные мыслительные операции (анализа, синтеза, классификации, сравнения, аналогии и т.д.), умения различать разновидности логических высказываний, строить логично выстроенную цепочку рассуждений, анализировать ход рассуждений других и формулировать свои соображения.
- **Регулятивные:** содержание кружка позволяет развивать и эту группу умений. В процессе работы ребенок учится самостоятельно определять цель своей деятельности, планировать её, самостоятельно двигаться по заданному плану, оценивать и корректировать полученный результат.
- **Коммуникативные:** в процессе изучения материала кружка осуществляется знакомство с медицинским языком, формируются речевые умения: дети учатся высказывать суждения с использованием медицинских терминов и понятий, формулировать вопросы и ответы в ходе выполнения задания, задавать вопросы по существу, делать выводы, высказывать своё мнение, отстаивать свою точку зрения, участвовать в дискуссии, учебной задачи.

Умение достигать результата, используя общие интеллектуальные усилия и практические действия, является важнейшим умением для современного человека. Образовательные и воспитательные задачи решаются комплексно.

Общая характеристика кружка

Результаты освоения курса:

Личностными результатами являются:

- = развитие любознательности;
- = развитие интеллектуальных и творческих способностей обучающихся;
- = воспитание ответственного отношения к своему здоровью.

Метапредметными результатами являются:

- = овладение способами самоорганизации внеклассной деятельности, что включает в себя умения: ставить цели и планировать деятельность; оценивать собственный вклад в деятельность группы; проводить самооценку уровня личных достижений;
- = формирование приемов работы с информацией, что включает в себя умения: поиска и отбора источников информации; систематизации информации; понимания информации, представленной в различной знаковой форме;
- = развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, корректное ведение диалога и участие в дискуссии; участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью.

Предметными результатами являются:

- = применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни; для осознанного соблюдения норм и правил безопасного поведения в природной и социоприродной среде; при оказании простейших видов первой медицинской помощи;
- = формирование навыков ухода за больными на дому;
- = расширение представлений о здоровом образе жизни, овладение простейшими приемами самоконтроля своего физического состояния.

## 2.4 Учебно-тематический план

№ блока	№ занятия	Тема блока, занятия	Количество часов		
			Всего	теория	практика
<b>1</b>		<b>Вводное занятие. Человек, среда его обитания, безопасность человека</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>0</b>
	1-2	Инструктаж Город и село как среда обитания человека		2	
	3-4	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища		2	
	5-6	Особенности природных условий в городе и селе		2	
	7-8	Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе		2	
	9-10	Безопасность в повседневной жизни		2	
<b>2</b>		<b>Опасные ситуации техногенного характера</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
	11-14	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения		2	2
	15-16	Пожарная безопасность		1	1
	17-18	Безопасное поведение в бытовых ситуациях		1	1
<b>3</b>		<b>Опасные ситуации природного характера</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
	19-20	Погодные явления и безопасность человека		1	1
	21-22	Безопасность на водоемах		1	1
<b>4</b>		<b>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	
	23	Чрезвычайные ситуации природного характера		1	
	24	Чрезвычайные ситуации техногенного характера		1	
<b>5</b>		<b>Основы оказания первой помощи</b>	<b>11</b>	<b>4</b>	<b>7</b>
	25	Возможные травмы и поражения при ЧС		1	
	26-27	Методы и средства оказания первой помощи		1	1
	28-29	Первоочередные меры при ранениях и травмах		1	1
	30-35	Проведение сердечно-легочной реанимации		1	4
	36-37	Первая помощь при автодорожном происшествии.		1	1
	38-39	Помощь при утоплении.		1	1

	40-41	Помощь при поражении электрическим током и молнией.		1	1
	42-45	Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути.		1	3
	46-48	Помощь пострадавшим при обширных ожогах.		1	2
	49-51	Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники.		1	2
<b>6</b>		<b>Опасные ситуации в природной среде</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>0</b>
	52-54	Безопасность при встрече с дикими животными		2	
	55-57	Укусы насекомых и защита от них		2	
<b>7</b>		<b>Первая помощь при неотложных ситуациях</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
	58-60	Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде		2	2
	61-63	Оказание первой помощи при различных видах травм		2	2
	64-66	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении, переохлаждении и ожоге			2
	<b>67-68</b>	<b>Итоговое занятие «Помоги себе и другу»</b>	<b>3</b>		<b>3</b>
			<b>68</b>	<b>36</b>	<b>32</b>

## 2.4 Содержание программы

### Тема №1. Человек, среда его обитания, безопасность человека

Город и село как среда обитания человека  
 Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища  
 Особенности природных условий в городе и селе  
 Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе  
 Безопасность в повседневной жизни

### Тема №2. Опасные ситуации техногенного характера

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения  
 Пожарная безопасность  
 Безопасное поведение в бытовых ситуациях

### Тема №3. Опасные ситуации природного характера

Погодные явления и безопасность человека  
 Безопасность на водоемах

### Тема №4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Чрезвычайные ситуации природного характера  
Чрезвычайные ситуации техногенного характера  
**Тема № 5 Возможные варианты поражения при ЧС**

Виды ЧС. ЧС природного характера, техногенного и социального характера.

**Тема № 6 Методы и средства оказания первой помощи**

Основные правила оказания первой помощи (далее - ПП). Определение первоочередности оказания ПП. Перевязочные и иммобилизационные средства. Методы оказания ПП, асептика и антисептика. Средства оказания ПП, перевязочные средства.

**Тема № 7. Первоочередные меры при ранениях и травмах**

Первая помощь при ранениях. Виды ран. Виды кровотечений и способы их остановки. Правила наложения повязок. Перевязочные средства. Наложение бинтовых повязок.

Оказание первой помощи при механических повреждениях костей. Разновидности переломов. Способы наложения транспортной иммобилизации. Разновидности травматического шока.

Способы транспортировки пострадавших. Первая помощь при ушибах и вывихах, ожогах, при отморожении, при тепловом и солнечном ударе.

**Тема № 8. Проведение сердечно-легочной реанимации**

Экстренная реанимационная помощь.

Донорский метод искусственной вентиляции легких. Реанимационные мероприятия. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Признаки клинической смерти.

**Тема № 9. Первая помощь при автодорожном происшествии.**

Основные причины гибели пострадавших и типичные ошибки при оказании первой помощи. Понятие о черепно-мозговой травме и коматозном состоянии.

Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы. Дальнейшая последовательность осмотра пострадавшего и оказание помощи.

Координация действий помощников. Правила транспортировки пострадавшего.

**Тема № 10. Помощь при утоплении.**

Этапы оказания помощи. Признаки истинного (синего) утопления.

Причины смерти в первые минуты после спасения. Экстренная помощь при истинном утоплении. Помощь при сохранении рвотного и кашлевого рефлексов.

Первая помощь пострадавшему без признаков жизни. Оказание помощи после оживления. Медицинская помощь в первые часы после спасения. Помощь при отеке легких.

Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.

**Тема № 11. Помощь при поражении электрическим током и молнией.**

Поражающее действие электрического тока. Что такое дефибриляция сердца. Понятие о дефибриляции. Наиболее частые ошибки при оказании помощи.

Правила обесточивания пострадавших. Первая помощь при поражении электрическим током. Поражение током высокого напряжения и правила безопасного подхода к пострадавшему. Помощь при поражении током высокого напряжения и молнией. Молнией.

## **Тема № 12. Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути.**

Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии (удушения). Наиболее частые ошибки при оказании первой помощи.

## **Тема № 13. Помощь пострадавшим при обширных ожогах.**

Зависимость смертельных исходов от площади и степени ожога. Понятие об ожоговом шоке. Понятие об ожоговой болезни. Схема лечения ожогового шока. Правила оказания помощи на месте происшествия.

## **Тема № 14. Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники.**

Понятие о синдроме длительного сдавливания. Причины смерти пострадавших в первые минуты и через несколько суток после освобождения. Правила извлечения пострадавшего из-под завала. Оказание помощи на месте происшествия.

## **Тема № 15. Помощь при аллергическом шоке.**

Коварство аллергии. Понятие об аллергенах, антителах и аллергической реакции. Схема развития аллергического шока. Внешние проявления аллергии. Варианты проявления аллергии. Первая помощь.

## **Тема № 16. Помощь при отравлении алкоголем.**

Причины алкоголизма и понятие о медиаторе удовольствия. Механизм развития алкогольной зависимости. Патологическое изменения личности при злоупотреблении алкоголем. Сексуальные отклонения при алкоголизме. Внешние признаки алкоголизма. Поражение внутренних органов при алкоголизме. Признаки и симптомы алкогольного отравления. Предвестники алкогольного отравления. Безопасное употребление алкоголя.

## **Тема № 17. Что такое наркомания и как становятся её жертвами.**

Почему миф об элитарности наркоманов стал величайшим заблуждением нашего века. Понятие о наркотическом опьянении. Течение болезни и внешний вид наркомана. Особенности патологической зависимости. Способы распространения наркотиков. Признаки передозировки наркотиков.

## **Тема № 18. Помощь больным сахарным диабетом.**

Основная причина сахарного диабета. Что такое диабетическая кома. Оказание помощи при диабетической коме. Понятие о гипогликемической коме. Маски – предвестники гипогликемической комы. Оказание помощи при гипогликемии. Оказание помощи при гипогликемической коме.

## **Тема №19. Опасные ситуации в природной среде**

Безопасность при встрече с дикими животными

Укусы насекомых и защита от них

## **Тема №20. Первая помощь при неотложных ситуациях**

Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде

Оказание первой помощи при различных видах травм

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении, переохлаждении.

## **Тема №21. Итоговое занятие соревнование-практикум «Помоги себе и другу»**

**Требования к уровню подготовки учащихся.**

Учащиеся, освоив данную программу должны:

**Знать:**

- основные правила поведения в различных ЧС;
- средства защиты в различных ЧС;
- основные причины возникновения ЧС природного и техногенного характера;
- основные правила оказания первой помощи.
- методы и средства оказания первой помощи.
- первоочередные меры при травмах и ранениях.
- основные симптомы при нарушении функции дыхания, кровообращения, пищеварения и

**Уметь:**

- правильно оценивать чрезвычайную ситуацию;
- соблюдать правила пожарной и безопасности;
- пользоваться первичными средствами пожаротушения.

Оказать первую помощь в случаях:

- обморока и начала развития комы;
- опасных для жизни кровотечений и переломов костей;
- электрических – ожогов и шока;
- истинного и бледного утопления;
- попадание инородного тела в дыхательные пути;
- Проводить непрямой массаж сердца и искусственную вентиляцию легких;
- Накладывать повязки и перевязки;
- Проводить транспортную иммобилизацию.

**Материально- технические условия образовательного процесса.**

1. Кабинет специальной подготовки.
2. - компьютер для педагога
- 3 - проектор
4. Аптечка индивидуальная АИ-2.
5. Служба медицинская.
6. Набор шин для иммобилизации.
7. Бинты марлевые медицинские.
8. Индивидуальный перевязочный пакет.
9. Макет-тренажер для проведения НМС и ИВЛ.
10. Носилки медицинские мягкие.
11. Жгут резиновый.

**Учебно-методическое**

1. Учебник спасателя. С.К.Шойгу, М.И.Фалеев, Г.Н.Кириллов. 3-е изд., 2010 г
2. Охрана труда спасателя. С.К.Шойгу, С.М.Кудинов. М., 2012 г
4. Основы медицинских знаний. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М., 2011 г
5. Атлас добровольного спасателя. Первая медицинская помощь на месте происшествия. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М., 2011 г
6. Катастрофы и человек. Ю.Л.Воробьев. М., кн. 1, 2010 г

«Рассмотрено»

На заседании методического объединения  
Учителей физической культуры  
Протокол № 1 от 28.08.2019г

«Согласовано»

Зам директора по УМР  
Е.Н. Горосова



СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
от « \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019

Краснодарский край, МО Северский район  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 49 станица Смоленская  
имени Героя Советского Союза Адама Петровича Турчинского

## **КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**по дополнительной общеразвивающей  
программе «ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ»**

**« Школа безопасности и основы первой помощи»**

**Направленность: гуманитарная**

**Уровень программы: ознакомительный**

**Возраст учащихся: 11-14**

**Срок реализации: 1 год**

Планирование составлено на основе рабочей программы дополнительного образования, утвержденной на педагогическом совете (протокол № 1 от 28.08.2019г) , учитель Поддубная Екатерина Николаевна

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество занятий	Тема занятия	Место	Форма контроля
				<b>10ч</b>	<b>Вводное занятие. Человек, среда его обитания, безопасность человека</b>		
1			беседа		Инструктаж Город и село как среда обитания человека	Каб.309	беседа
2			беседа		Природа и места для активного отдыха	Каб.309	
3			беседа		Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	Каб.309	
4			беседа		Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	Каб.309	
5			беседа		Особенности природных условий в городе и селе	Каб.309	
6			беседа		Особенности природных условий в городе и селе	Каб.309	
7			беседа		Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе	Каб.309	
8			беседа		Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе	Каб.309	
9			беседа		Безопасность в повседневной жизни	Каб.309	
10			беседа		Безопасность в повседневной жизни	Каб.309	
				<b>8 ч</b>	<b>Опасные ситуации техногенного характера</b>		
11			беседа		Дорожное движение.	Каб.309	
12			беседа		Дорожное движение.	Каб.309	
13			практика		Безопасность участников дорожного движения		
14			практика		Безопасность участников дорожного движения		
15			беседа		Пожарная безопасность	Каб.309	
16			практика		Пожарная безопасность		
17			беседа		Безопасное поведение в бытовых ситуациях	Каб.309	

18			практика		Безопасное поведение в бытовых ситуациях		
				4 ч	<b>Опасные ситуации природного характера</b>		
19			беседа		Погодные явления и безопасность человека	Каб.309	
20			практика		Погодные явления и безопасность человека	Каб.309	
21			беседа		Безопасность на водоемах	Каб.309	
22			практика		Безопасность на водоемах	Каб.309	
				2 ч	<b>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</b>		
23			беседа		Чрезвычайные ситуации природного характера	Каб.309	
24			беседа		Чрезвычайные ситуации техногенного характера	Каб.309	
				114	<b>Основы оказания первой помощи</b>		
25			беседа		Виды ЧС. Виды травм и поражений. ПП	Каб.309	
26			практика		Основные правила оказания первой помощи (далее - ПП).	Каб.309	
27			беседа		Первая помощь при ранениях. Виды ран. Виды кровотечений и способы их остановки.	Каб.309	
28			беседа		Правила наложения повязок. Перевязочные средства.	Каб.309	
29			практика		Оказание первой помощи при механических повреждениях костей. Разновидности переломов.	Каб.309	
30			беседа		Реанимационные мероприятия.	Каб.309	
31			практика		Донорский метод искусственной вентиляции легких.	Каб.309	
32			практика		Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца.	Каб.309	
33			практика		Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца.	Каб.309	
34			практика		Экстренная реанимационная помощь.	Каб.309	

35			практика		Признаки клинической смерти.	Каб.309	
				2 ч	<b>Первая помощь при автодорожном происшествии.</b>		
36			беседа		Понятие о черепно-мозговой травме и коматозном состоянии.	Каб.309	
37			практика		Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы. Транспортировка пострадавшего	Каб.309	
				2ч	<b>Помощь при утоплении.</b>		
38			беседа		ПП пострадавшему без признаков жизни. Помощь при отеке легких.	Каб.309	
39			практика		Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.	Каб.309	
				2 ч	<b>Помощь при поражении электрическим током и молнией.</b>		
40			беседа		Поражающее действие электрического тока. Понятие о дефибриляции	Каб.309	
41			практика		Первая помощь при поражении электрическим током.	Каб.309	
				4ч	<b>Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути.</b>		
42			беседа		Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии	Каб.309	
43			практика		Отработка навыков извлечения инородного тела на манекене	Каб.309	
44			практика		Отработка навыков извлечения инородного тела на манекене	Каб.309	
45			практика		Отработка навыков извлечения инородного тела на манекене	Каб.309	
				3 ч	<b>Помощь пострадавшим при обширных ожогах.</b>		

46			беседа		Зависимость смертельных исходов от площади и степени ожога	Каб.309	
47			практика		Схема лечения ожогового шока.	Каб.309	
48			практика		Правила оказания помощи на месте происшествия	Каб.309	
				<b>3 ч</b>	<b>16. Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники.</b>		
49			беседа		Понятие о синдроме длительного сдавливания. Причины смерти пострадавших в первые минуты	Каб.309	
50			практика		Правила извлечения пострадавшего из-под завала	Каб.309	
51			практика		Оказание помощи на месте происшествия.	Каб.309	
				<b>4 ч</b>	<b>Опасные ситуации в природной среде</b>		
52			беседа		Безопасность при встрече с дикими животными	Каб.309	
53			беседа		Опасные растения и травы	Каб.309	
54			беседа		Съедобные и несъедобные грибы	Каб.309	
55			беседа		Укусы насекомых и защита от них	Каб.309	
				<b>10 ч</b>	<b>Первая помощь при неотложных ситуациях</b>		
56			беседа		Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде	Каб.309	
57			практика		Оказание первой помощи при различных видах травм	Каб.309	
58			практика		Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе;	Каб.309	
59			практика		ПП при обморожении ,переохлаждении и ожоге	Каб.309	
60			практика		Наиболее частые причины обмороков	Каб.309	
61			беседа		Понятие о гипертонии	Каб.309	

62			практика		Как измерить артериальное давление и ЧСС. Как оказать первую помощь.	Каб.309	
63			практика		Измерение артериального давления	Каб.309	
64			беседа		Коварство аллергии	Каб.309	
65			беседа		Понятие об аллергенах, антителах и аллергической реакции	Каб.309	
				<b>3 ч</b>	<b>Итоговое занятие «Помоги себе и другу»</b>		
66			практика		Практические занятия по изученным темам	Каб.309	
67			практика		Практические занятия по изученным темам	Каб.309	
68			практика		Практические занятия по изученным темам	Каб.309	