


МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ФЕРЗИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА «ФЕРЗИКОВСКИЙ
РАЙОН» КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ

Принято на заседании педагогического
совета МОУ «Ферзиковская средняя
общеобразовательная школа»
Протокол №1 от 28.08.2020 г.

Утверждено директором
МОУ «Ферзиковская средняя
общеобразовательная школа»
Приказ №142 от 28.08.2020 г.
 /Е.К. Романова/



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ»**

Составитель программы
Орехов Д.С.

2020 год

АННОТАЦИЯ

Данная программа внеурочной деятельности предназначена для обучающихся 5-9 классов. Дети не редко получают травмы или становятся свидетелями получения травм, умение оказать правильную помощь в таких ситуациях способствует уменьшению риска осложнения травм или даже спасет жизнь человеку, этим и обуславливается ведение курса «Первая помощь». **Цель** данной программы обучение учащихся знаниям и умениям, необходимым для оказания необходимой первой помощи пострадавшим на месте происшествия, а также навыкам самопомощи

Задачи программы:

- научить оказывать первую помощь безопасно для себя и пострадавшего;
- определять состояние пострадавшего (травму, заболевание) и распределять порядок действий в зависимости от характера повреждений или состояния;
- взаимодействовать со специалистами скорой помощи и службами, действующим по специальным правилам;
- воспитать готовность к безопасному оказанию первой помощи нуждающимся людям
- выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных ситуаций.

Программа курса «Первая помощь» реализуется в рамках внеурочной деятельности.

Программа построена с учетом уровня подготовки и общего развития учащихся средней школы и включает в себя основные, наиболее часто встречающиеся опасные ситуации, в которых ребенок может оказаться дома, на улице, в школе, в природных условиях и сможет помочь себе, своим близким и незнакомым людям.

Занятия проводятся 1 раз в неделю, по 2 часа. Всего 68 часов.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Личностные результаты:

- 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.

Метапредметные результаты:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных 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;

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ФЕРЗИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА «ФЕРЗИКОВСКИЙ
РАЙОН» КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области оказания первой помощи 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 оказании первой помощи.

Предметные результаты:

В познавательной сфере:

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знания об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

В ценностно-ориентационной сфере:

- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Раздел 1. Анатомия и физиология человека

Тема 1. Анатомия и физиология человека

Анатомия человека

Основные представления о строении и функциях организма человека. Опорно-двигательная, сердечно-сосудистая и дыхательная системы.

Физиология человека

Определение физиологических показателей организма (измерение артериального давления, пульса, частоты дыхания, температуры тела).

Раздел 2. Основы оказания первой помощи

Тема 2. Основы оказания первой помощи

Общие принципы оказания первой помощи.

Что такое первая помощь. Оценка обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи (определение угрожающих факторов для собственной жизни и здоровья, и угрожающих факторов для пострадавшего, устранение угрожающих факторов, оценка количества пострадавших, перемещение пострадавшего).

Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего.

Последовательность осмотра (голова, шея и шейный отдел позвоночника, грудь, живот и таз, конечности, грудной и поясничные отделы позвоночника). Основные критерии оценки нарушения

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ФЕРЗИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА «ФЕРЗИКОВСКИЙ
РАЙОН» КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ

сознания, дыхания (частоты), кровообращения. Определение пульса на лучевой и сонной артериях. Определение точек пульсации артерий: височной, подчелюстной, сонной, подключичной, подмышечной, плечевой, бедренной. Оценка пульса. Контроль состояния пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение).

Средства первой помощи. Аптечка первой помощи автомобильная. Соблюдение личной безопасности.

Составом аптечки на примере автомобильной (Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ № 169н от 05.03. 2011 г.). Использование подручных средств для оказания первой помощи. Профилактика инфекций передающихся с кровью и биологическими жидкостями.

Раздел 3. Помощь при травмах и повреждениях и неотложных состояниях.

Тема 3. Кровотечения.

Виды кровотечения (наружное, внутреннее, артериальное, венозное, капиллярное, смешанное,). Оценка кровопотери. Способы остановки кровотечений. Остановка артериального кровотечения (прямое давление на рану, пальцевое прижатие, максимальное сгибание конечности, наложение жгута). Остановка носового кровотечения. Понятие о травматическом шоке. Противошоковые мероприятия (физиологически выгодное положение, остановка кровотечения, иммобилизация, охлаждение места травмы, противошоковое положение, общее согревание пострадавшего. психологическая поддержка). Виды повязок. Правила наложения повязок на различные части тела.

Применение индивидуального перевязочного пакета.

Тема 4. Первая помощь при переломах, вывихах и растяжениях и разрывах связок.

Первая помощь при переломах вывихах и растяжении и разрывах связок. Иммобилизация. Способы и правила иммобилизации при переломах конечностей. Правила переноски пострадавшего на носилках. Способы переноски пострадавшего на руках. Особенности транспортировки при различных повреждениях. Предотвращение травм при транспортировке.

Тема 5. Сердечно-легочная реанимация.

Способами определения сознания, дыхания, кровообращения. Терминальные состояния: агония, клиническая и биологическая смерть. Сердечно-легочная реанимация. Базовый реанимационный комплекс. Принципы и методы реанимации. Подготовка поражённого к реанимации (очищение полости рта и носа, положение головы и туловища). Устройства для искусственного дыхания.

Тема 6. Первая помощь при травме головы, лица, глаз, носа, ушей.

Первая помощь при травме головы, лица, глаз, носа, ушей. Повязки на голове. Первая помощь при попадании инородного тела в глаза, уши, нос, дыхательные пути.

Тема 7. Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом, солнечном ударах.

Термические и химические ожоги. Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом, солнечном ударах. Термоизолирующая повязка.

Тема 8. Первая помощь при отравлениях.

Первая помощь при острых пищевых, лекарственных, отравлениях, отравлениях препаратами бытовой химии. Техника промывания желудка. Первая помощь при отравлении алкоголем. Аллергические реакции, судорожные состояния. Причины возникновения, признаки, первая помощь при возникновении крапивницы, отёка Квинке, анафилактического шока, сенной лихорадки. Судорожные состояния. Причины возникновения, признаки, первая помощь при судорожных состояниях.

Тема 9. Укусы животных.

Правила поведения при встрече с животными. Особенности оказания первой помощи при укусах животных. Безопасность от укуса клещей. Особенности оказания первой помощи при укусах клещами.

Раздел 4. Профилактика инфекционных заболеваний.

Тема 10. Инфекционные болезни.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ФЕРЗИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА «ФЕРЗИКОВСКИЙ
РАЙОН» КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ

Инфекционные болезни. Эпидемический процесс. Иммуитет. Календарь прививок. Воздушно-капельные инфекции: корь, скарлатина, дифтерия, ветряная оспа, паротит, коклюш, ОРЗ, грипп. Кишечные инфекции: холера, дизентерия, вирусный гепатит.

Тема 11. Противоэпидемические мероприятия.

Профилактика инфекционных болезней. Личная и общественная гигиена. Применение специальных средств и приборов для предотвращения распространения болезней. Карантин. Виды карантин. Витамины и минералы. Влияние витаминов и минералов на здоровье человека. Виды витаминов. Особенности применения витаминов и минералов. Здоровый образ жизни в контексте укрепления здоровья человека.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ,
ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ**

Название раздела, темы	Кол-во часов
Раздел 1. Анатомия и физиология человека	4
Тема 1. Анатомия и физиология человека	4
Раздел 2. Основы оказания первой помощи	6
Тема 2. Основы оказания первой помощи	6
Раздел 3. Помощь при травмах и повреждениях и неотложных состояниях.	44
Тема 3. Кровотечения.	8
Тема 4. Первая помощь при переломах, вывихах и растяжениях и разрывах связок.	6
Тема 5. Сердечно-легочная реанимация.	8
Тема 6. Первая помощь при травме головы, лица, глаз, носа, ушей.	4
Тема 7. Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом, солнечном ударах.	6
Тема 8. Первая помощь при отравлениях.	8
Тема 9. Укусы животных.	4
Раздел 4. Профилактика инфекционных заболеваний.	14
Тема 10. Инфекционные болезни.	6
Тема 11. Противоэпидемические и противоинфекционные мероприятия	8
Итого часов:	68

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ФЕРЗИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА «ФЕРЗИКОВСКИЙ
РАЙОН» КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учебное пособие. Гайворонский И.В., Гайворонский А.И., Ничипрук Г.И., Виноградов С.В. Изд.: СпецЛит, 2009г.-303с.
2. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие. М.. Берлин: Директ-Медиа. 2015. 97 стр.
3. Основы медицинских знаний: учебное пособие. Гайворонский И.В., Гайворонский А.И., Ничипрук Г.И., Виноградов С.В. Изд.: СпецЛит, 2013г.-303с
4. Кувшинов Ю. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие Кемерово

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Основы первой медицинской помощи. А.Г.Трушкин, Н.Н. Гарлинов, В.М. Двуреченская, Д.А Токарев. Издательский центр «Март» Москва-Ростов- на Дону, 2005.
2. Ген Е. Е. Основы медицинских знаний : учеб. для образоват. учреждений сред. проф. образования. -М. : Мастерство, 2002. -255 с.
3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие. Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботялов М.А. Изд: Сибирское университетское издательство, 2010г.-214с.
4. Волокитина Т. В. Основы медицинских знаний : учеб.пособ. для вузов по направлению "Естественно-научное образование" - М. : Академия, 2008. - 223с.
5. Артюнина Г.П. Основы медицинских знаний : здоровье, болезнь и образ жизни : учеб.пособие для пед. вузов.
8. Артюнина Г.П. Основы медицинских знаний : здоровье, болезнь и образ жизни : учеб.пособие для пед. вузов. Псков.гос. пед. ун-т им. С.М. Кирова. - 2-е изд., перераб. - М. : Академический проект ; : Фонд "Мир", 2005. - 558 с.(

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ФЕРЗИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА «ФЕРЗИКОВСКИЙ
РАЙОН» КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ занятия	Название раздела, темы	Кол-во часов	Дата
	Раздел 1. Анатомия и физиология человека	4	
	Тема 1. Анатомия и физиология человека	4	
1	Анатомия человека	2	
2	Физиология человека	2	
	Раздел 2. Основы оказания первой помощи	6	
	Тема 2. Основы оказания первой помощи	6	
3	Общие принципы оказания первой помощи.	2	
4	Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего.	2	
5	Средства первой помощи. Аптечка первой помощи автомобильная. Соблюдение личной безопасности.	2	
	Раздел 3. Помощь при травмах и повреждениях и неотложных состояниях.	42	
	Тема 3. Кровотечения.	8	
6	Виды кровотечения. Способы остановки кровотечений.	2	
7	Остановка артериального кровотечения.	2	
8	Повязки. Виды и правила наложения.	2	
9	Наложение повязок.	2	
	Тема 4. Первая помощь при переломах, вывихах и растяжениях и разрывах связок.	6	
10	Первая помощь при переломах. Иммобилизация.	2	
11	Вывихи растяжения и разрывы связок.	2	
12	Транспортировка пострадавшего при различных видах травм.	2	
	Тема 5. Сердечно-легочная реанимация.	8	
13	Терминальные состояния.	2	
14	Сердечно-легочная реанимация. Принципы и методы реанимации. Подготовка поражённого к реанимации.	2	
15	Сердечно-легочная реанимация. Искусственное дыхание «рот в рот». Прекардиальный удар, непрямой массаж сердца.	2	
16	Сердечно-легочная реанимация. 1 спасатель – 1 пострадавший. 2 спасателя – 1 пострадавший.	2	
	Тема 6. Первая помощь при травме головы, лица, глаз, носа, ушей.	4	
17	Первая помощь при травме головы, лица, глаз, носа, ушей.	2	
18	Первая помощь при попадании инородного тела в глаза, уши, нос, дыхательные пути.	2	
	Тема 7. Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом, солнечном ударах.	6	
19	Первая помощь при ожогах.	2	
20	Первая помощь при переохлаждении организма и отморожениях.	2	
21	Первая помощь при тепловом, солнечном ударах.	2	
	Тема 8. Первая помощь при отравлениях.	8	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ФЕРЗИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА «ФЕРЗИКОВСКИЙ
РАЙОН» КАЛУЖСКОЙ ОБЛАСТИ

22	Первая помощь при пищевых отравлениях.	2	
23	Первая помощь при отравлениях препаратами бытовой химии.	2	
24	Первая помощь при отравлении алкоголем.	2	
25	Аллергические реакции, судорожные состояния.	2	
	Тема 9. Укусы животных.	4	
26	Оказания первой помощи при укусах животных.	2	
27	Укусы клещей.	2	
	Раздел 4. Профилактика инфекционных заболеваний.		
	Тема 10. Инфекционные болезни.	6	
28	Инфекционные болезни. Эпидемический процесс.	2	
29	Виды инфекций.	2	
30	Иммунитет. Календарь прививок.	2	
	Тема 11. Противоэпидемические мероприятия.		
31	Профилактика инфекционных болезней.	2	
32	Карантин.	2	
33	Витамины и минералы как средства укрепления здоровья человека.	2	
34	Здоровый образ жизни как способ укрепления здоровья человека.	2	
Итого часов:			