

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
по внеурочной деятельности
«Оказание первой доврачебной помощи»
(для 5-9 классов образовательных организаций)

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности составлена на основании следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся» от 31.07.2020 № 304-ФЗ (ст. 1, 2);
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г., утв. Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
5. Приказ Минтруда России № 652н от 22 сентября 2021 г. «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09- 3242);

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
10. Распоряжение министерства образования Сахалинской области от 16.09.2021 № 3.12-1170-р «Об утверждении методических рекомендаций по структурированию и реализации дополнительных общеобразовательных и общеразвивающих программ».
11. Положение о дополнительном образовании в МАОУ СОШ № 30, утвержденный пр. № 341 – ОД от 31.08.2021.
12. Устав МАОУ СОШ № 30 г. Южно-Сахалинска, приказ от 17.12.2021 № 780.
13. Правила внутреннего трудового распорядка МАОУ СОШ № 30 г. Южно-Сахалинска от 25.12.2017 года.

Рост дорожно-транспортного травматизма, резкое увеличение числа автотранспортных средств (как служебных, так и находящихся в личном пользовании) обусловили все возрастающую важность обучения каждого водителя практическим навыкам оказания первой помощи, пострадавшим при дорожно-транспортных происшествиях.

Первая помощь - это вид помощи, включающий комплекс простейших мероприятий, направленных на временное устранение причин, угрожающих жизни пострадавших, и предупреждающих развитие тяжёлых осложнений, выполняемых на месте происшествия и вблизи него, в порядке само- и взаимопомощи, свидетелями происшествия или легко пострадавшими с использованием табельных (Аптечка первой помощи) и подручных средств первой помощи.

Любой человек, не имея медицинского образования, должен быть готов в любой момент принять участие не только в высвобождении и извлечении пострадавших из транспортных средств при авариях, но и оказать первую помощь по жизненным показаниям. Грамотно и своевременно оказанная до приезда на место происшествия медицинских работников первая помощь в большинстве случаев может явиться главным фактором, спасшим жизнь пострадавшему.

Актуальность программы состоит в том, что она направлена на обучение подростка быстрому и грамотному принятию решения в трудных жизненных ситуациях, правильному и своевременному оказанию первой помощи, ориентирует на дальнейшие занятия по данному профилю. При изучении курса активно используются знания обучающихся, полученные при изучении других дисциплин: ОБЖ, природоведение, физическая культура, ИЗО, история и математика.

С необходимостью помочь человеку при травмировании или возникновении заболевания в наше время приходится сталкиваться достаточно часто. Сама окружающая среда мегаполиса является агрессивной и это не только дорожно-транспортные происшествия, в которых риск получить травму испытывают все участники процесса (водители, пассажиры, пешеходы), это агрессивно настроенные группы граждан, техногенные аварии и катастрофы (утечка аварийно-химически опасных веществ, обрушения зданий и конструкций, сосулек), террористические акты (взрывы), пожары. В природной среде при проведении досуга также существует множество травмирующих факторов и травм опасных действий: травмы на воде, солнечные и тепловые удары, контакт с ядовитыми и опасными животными и растениями, получение травм при катании на качелях, детских горках.

Содержание программы направлено на обеспечение эмоционально-целостного понимания высокой значимости жизни, ценности знаний о правилах оказания первой

медицинской помощи, а также на формирование способности использовать приобретенные знания в практической деятельности.

Задачи программы:

1. Обучающие:

- способствовать формированию умения:
- оказания первой помощи при переломах и кровотечениях;
- накладывать косыночные повязки;
- изготавливать носилки;
- транспортировать пострадавших.

2. Развивающие:

- корректировать и развивать мыслительную деятельность: операции анализа и синтеза; обобщения и сравнения; абстрагирования и умозаключения, выявление главной мысли.
- развивать творческий и рациональный подход к решению поставленных задач.
- корректировать развитие мелкой моторики, зрительное восприятие, переключение внимания, объём запоминаемого материала, через компьютерные задания, ситуационные задачи.

3. Воспитательные

- учить настойчивости, собранности, организованности, аккуратности.
- воспитывать бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих.
- формировать гражданскую позицию, воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности.

Содержание учебной программы

Тема 1. Порядок оказания помощи пострадавшим в ДТП. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи. Оказание первой психологической помощи пострадавшим в ДТП.

Теория. Понятие о видах ДТП и структуре дорожно-транспортного травматизма. Организация, виды помощи пострадавшим в ДТП. Понятие "первая помощь". Неотложные состояния, требующие проведения мероприятий первой помощи, правила и порядок их проведения. Порядок действий водителя на месте ДТП с пострадавшими. Правила и порядок осмотра места ДТП. Порядок вызова скорой медицинской помощи. Правило "золотого часа".

Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи пострадавшим в ДТП.

Основные правила, приемы и этапы оказания первой психологической помощи пострадавшим в ДТП.

Практика. Особенности оказания помощи детям.

Тема 2. Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего.

Теория. Правила и порядок осмотра пострадавшего. Основные критерии оценки нарушения сознания, дыхания, кровообращения. Последовательность осмотра: голова, шея и шейный отдел позвоночника, грудь, живот, таз, конечности, грудной и поясничный отделы позвоночника.

Практика. Отработка приемов определения пульса (частота) на лучевой и сонной артериях.

Тема 3. Средства первой помощи. Аптечка первой помощи (автомобильная). Профилактика инфекций, передающихся с кровью и биологическими жидкостями человека.

Теория. Понятие о средствах первой помощи. Устройства для проведения искусственной вентиляции легких способом "рот-устройство-рот" (лицевая маска с клапаном). Средства временной остановки наружного кровотечения (кровоостанавливающий жгут, перевязочные средства стерильные, нестерильные). Средства для иммобилизации. Виды носилок (табельные, импровизированные, жесткие, мягкие). Средства индивидуальной защиты рук.

Аптечка первой помощи (автомобильная). Состав, показания для использования.

Практика. Использование подручных средств для временной остановки наружного кровотечения, наложения повязок, иммобилизации, транспортировки, согревания пострадавших.

Соблюдение правил личной безопасности при оказании первой помощи. Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся с кровью и биологическими жидкостями человека.

Тема 4. Правила и способы извлечения пострадавшего из автомобиля. Основные транспортные положения. Транспортировка пострадавших.

Теория. Порядок извлечения пострадавшего из автомобиля. Отработка приема "спасательный захват" для быстрого извлечения пострадавшего из автомобиля и транспортировки. Извлечение пострадавшего из-под автомобиля приемом "натаскивания" на носилки. Отработка приема снятия мотоциклетного шлема.

Понятие о "возвышенном положении", "положении полусидя", "противошоковом положении", "стабильном боковом положении". Транспортные положения, придаваемые пострадавшим при сильном кровотечении, травматическом шоке, при травме головы, груди, живота, костей таза, позвоночника (в сознании, без сознания). Отработка приема перевода пострадавшего в "стабильное боковое положение" из положения "лежа на спине", "лежа на животе".

Практика. Отработка традиционного способа перекладывания пострадавшего ("скандинавский мост" и его варианты). Приемы транспортировки пострадавших на руках одним и двумя спасателями. Транспортировка пострадавшего при невозможности вызвать скорую медицинскую помощь. Особенности транспортировки при различных видах травм.

Тема 5. Сердечно-легочная реанимация (СЛР). Особенности СЛР при электротравме и утоплении. Первая помощь при нарушении проходимости дыхательных путей.

Теория. Причины внезапной смерти: внутренние, внешние. Достоверные признаки клинической и биологической смерти. Способы определения сознания, дыхания, кровообращения. Понятие о сердечно-легочной реанимации. Приемы восстановления и поддержания проходимости верхних дыхательных путей. Техника проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. Базовый реанимационный комплекс. Критерии эффективности СЛР. Ошибки и осложнения, возникающие при СЛР. Показания к прекращению СЛР. Особенности СЛР у детей. Особенности СЛР при утоплении (попадание транспортного средства в воду), электротравме.

Порядок оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом у пострадавших в сознании, без сознания. Особенности оказания первой помощи тучному пострадавшему, беременной женщине и ребенку.

Практика. Отработка приемов осмотра пострадавшего: определение сознания, дыхания, кровообращения. Отработка приемов восстановления проходимости верхних дыхательных

путей: запрокидывание головы с выдвижением подбородка, очищение ротовой полости от видимых инородных тел. Отработка приемов искусственного дыхания "рот ко рту", "рот к носу", с применением устройств для искусственного дыхания. Отработка приемов непрямого массажа сердца взрослому и ребенку. Отработка техники проведения базового реанимационного комплекса в соотношении 30 толчков: 2 вдоха (30:2). Повторение приема перевода пострадавшего в "стабильное боковое положение".

Отработка приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.

Тема 6. Первая помощь при острой кровопотере и травматическом шоке.

Теория. Понятия "кровотечение", "острая кровопотеря". Компенсаторные возможности организма при кровопотере. Виды кровотечений: наружное, внутреннее, артериальное, венозное, капиллярное, смешанное. Признаки кровопотери.

Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерий, максимальное сгибание конечности в суставе, наложение давящей повязки, наложение табельного и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня). Правила наложения, осложнения, вызванные наложением кровоостанавливающего жгута. Имобилизация, охлаждение места травмы. подручные средства, используемые для изготовления импровизированного жгута. Порядок оказания первой помощи при сильном наружном кровотечении. Порядок оказания первой помощи при носовом кровотечении.

Понятие о травматическом шоке, причины, признаки, порядок оказания первой помощи. Мероприятия, предупреждающие развитие травматического шока. Простейшие приемы обезболивания: придание физиологически выгодного (удобного) положения, иммобилизация, охлаждение места травмы.

Практика. Отработка приемов временной остановки наружного кровотечения. Отработка техники пальцевого прижатия артерий (сонной, подключичной, подмышечной, плечевой, бедренной); максимальное сгибание конечности в суставе; наложение давящей повязки на рану; наложение табельного и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня). Отработка порядка оказания первой помощи при травматическом шоке: устранение основной причины травматического шока (временная остановка кровотечения, иммобилизация), восстановление и поддержание проходимости верхних дыхательных путей, придание противошокового положения, согревание пострадавшего.

Тема 7. Первая помощь при ранениях.

Теория. Понятие о травмах, виды травм. Ранения, виды ран. Понятие о политравме. Опасные осложнения ранений: ранние (острая кровопотеря, шок, повреждения жизненно важных органов), поздние (инфекционные). Правила и порядок оказания первой помощи при ранениях. Мероприятия первой помощи при ранениях: остановка кровотечения, наложение повязки, обезболивание (простейшие приемы). Виды повязок. Табельные и подручные перевязочные средства.

Практика. Наложение повязок на различные анатомические области тела человека. Правила, особенности, отработка приемов наложения повязок.

Тема 8. Первая помощь при травме опорно-двигательной системы.

Теория. Понятие "травма опорно-двигательной системы": ушибы, вывихи, повреждения связок, переломы (открытые, закрытые). Биомеханика автодорожной травмы. Основные признаки повреждения опорно-двигательной системы при травме. Достоверные признаки открытых переломов. Опасные осложнения переломов: кровотечение, травматический шок. Принципы оказания первой помощи. Понятие "транспортная иммобилизация". Использование

подручных средств и для иммобилизации. Типичные ошибки иммобилизации. Способы иммобилизации при травме ключицы, плечевой кости, костей предплечья, бедренной кости, костей голени.

Основные проявления травмы шейного, грудного, поясничного отделов позвоночника с повреждением спинного мозга, без повреждения спинного мозга. Транспортные положения, особенности переключивания. Основные проявления травмы таза. Транспортное положение. Приемы фиксации костей таза.

Практика. Отработка приемов первой помощи при открытых и закрытых переломах. Иммобилизация подручными средствами при скелетной травме верхних и нижних конечностей: ключицы, плечевой кости, костей предплечья, бедренной кости, костей голени. Аутоиммобилизация верхних и нижних конечностей. Наложение шейной шины, изготовленной из подручных материалов. Отработка приема придания транспортного положения пострадавшему с травмой таза, приемы фиксации костей таза.

Тема 9. Первая помощь при травме головы, груди, живота.

Теория. Травма головы, первая помощь. Особенности ранений волосистой части головы. Порядок оказания первой помощи. Особенности оказания первой помощи при травмах глаза и носа.

Основные проявления черепно-мозговой травмы. Порядок оказания первой помощи. Особенности наложения повязки при открытой черепно-мозговой травме. Транспортное положение.

Травма груди, первая помощь. Основные проявления травмы груди. Понятие об открытом пневмотораксе, острой дыхательной недостаточности. Порядок оказания первой помощи. Особенности наложения повязки при открытой травме груди. Особенности наложения повязки на рану груди с инородным телом. Транспортное положение.

Травма живота, первая помощь. Основные проявления травмы живота. Закрытая травма живота с признаками внутреннего кровотечения и повреждения полых органов. Порядок оказания первой помощи. Особенности наложения повязок на рану при выпадении органов брюшной полости, при наличии инородного тела в ране. Транспортные положения при закрытой травме живота с признаками внутреннего кровотечения и при сильной боли.

Практика. Наложение бинтовых повязок на раны волосистой части головы, при травмах глаза, уха, носа. Отработка приемов оказания первой помощи пострадавшему с черепно-мозговой травмой. Придание транспортного положения пострадавшему в сознании, без сознания. Наложение повязки при подозрении на открытый перелом костей черепа.

Отработка приемов и порядка оказания первой помощи пострадавшему с травмой груди. Наложение повязки при открытой травме груди. Наложение повязки при наличии инородного тела в ране. Придание транспортного положения при травме груди.

Отработка приемов оказания первой помощи при закрытой и открытой травмах живота, при наличии инородного тела в ране и выпадении в рану органов брюшной полости.

Тема 10. Первая помощь при термических и химических ожогах, ожоговом шоке. Первая помощь при отморожении и переохлаждении, при перегревании.

Теория. Ожоговая травма, первая помощь. Виды ожогов. Основные проявления. Понятие о поверхностных и глубоких ожогах. Ожог верхних дыхательных путей, отравление угарным газом и продуктами горения, основные проявления. Порядок оказания первой помощи.

Отработка приемов и порядка оказания первой помощи при термических и химических ожогах, ожоге верхних дыхательных путей.

Холодовая травма, первая помощь. Виды холодовой травмы. Основные проявления переохлаждения (гипотермии), порядок оказания первой помощи, способы согревания. Основные проявления отморожения, оказание первой помощи.

Перегревание, первая помощь. Факторы, способствующие развитию перегревания (гипертермии). Основные проявления, оказание первой помощи.

Практика. Отработка приемов оказания первой помощи при ожогах, перегревании и холодовых травмах.

Тема 11. Первая помощь при острых отравлениях.

Теория. Влияние употребления водителями этанола и этанолсодержащих жидкостей, медикаментов (антигистаминных, седативных, антидепрессантов), наркотических веществ на управление транспортным средством.

Отравления, пути попадания ядов в организм. Признаки острого отравления. Порядок оказания первой помощи при попадании отравляющих веществ в организм через дыхательные пути, пищеварительный тракт, через кожу.

Основные проявления отравлений выхлопными газами, эксплуатационными жидкостями, бензином, этиленгликолем. Порядок оказания первой помощи. Основные проявления отравлений этанолом и этанолсодержащими жидкостями, порядок оказания первой помощи.

Практика. Отработка приемов оказания первой помощи при различных видах отравлений.

Тема 12. Порядок оказания первой помощи при неотложных состояниях, вызванных заболеваниями (острые нарушения сознания, дыхания, кровообращения, судорожный синдром).

Теория. Влияние состояния здоровья и усталости водителя на безопасное управление транспортным средством. Признаки утомления водителя, появляющиеся в процессе вождения: соматические, психоэмоциональные.

Острые нарушения сознания. Кратковременная потеря сознания (обморок) и нарушение сознания при тяжелых заболеваниях. Причины, основные проявления, первая помощь.

Острые нарушения дыхания. Приступ удушья и другие острые нарушения дыхания. Причины, основные проявления, первая помощь.

Острое нарушение кровообращения. Острый сердечный приступ. Причины, основные проявления, первая помощь.

Понятие "судороги". Эпилептический припадок. Причины, основные проявления, первая помощь.

Практика. Решение ситуационных задач по темам: "Острые нарушения сознания (обморок, кома)", "Острые нарушения дыхания (удушьё)", "Острое нарушение кровообращения (сердечный приступ)", "Судорожный синдром". Отработка порядка оказания первой помощи.

Тема 13. Первая помощь при политравме.

Теория. Решение ситуационных задач по теме: "Политравма" для повторения и закрепления приемов и порядка оказания первой помощи пострадавшим в ДТП.

- основные проявления травмы лица, глаз, ушей, носа, порядок оказания первой помощи;
- основные проявления травмы груди, порядок оказания первой помощи, транспортное положение;
- основные проявления травмы живота, признаки внутреннего кровотечения, порядок оказания первой помощи, транспортное положение;
- основные проявления поверхностных и глубоких ожогов, ожогового шока, ожога верхних дыхательных путей, отравления угарным газом и продуктами горения, порядок и приоритеты

оказания первой помощи;

- основные проявления отморожения и переохлаждения, порядок оказания первой помощи;
- причины, основные проявления перегревания, порядок оказания первой помощи;
- основные проявления утомления водителя (соматические, психоэмоциональные), профилактические мероприятия утомления;
- порядок оказания первой помощи при кратковременных и длительных нарушениях сознания;
- порядок оказания первой помощи при болях в области сердца;
- порядок оказания первой помощи при судорогах;
- простейшие приёмы профилактики опасных инфекционных заболеваний, передающихся с кровью;
- порядок обработки рук спасающего при контакте с кровью и другими биологическими жидкостями.

Практика. Отработка приемов оказания первой помощи при различных травмах, полученных в результате ДТП.

Планируемые результаты

Личностными результатами являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищённых 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.

Метапредметными результатами изучения являются:

- понимание и принятие учебной задачи, сформулированной учителем; осуществление контроля, коррекции и оценки результатов своей деятельности.
- умение работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных; обращаться за помощью; предлагать помощь и сотрудничество; слушать собеседника;
- умение формулировать свои затруднения; формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению; осуществлять взаимный контроль.
- умение проводить сравнение и классификацию объектов; понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий; проявлять индивидуальные творческие способности.

Предметные результаты:

- оценивание степени опасности для себя и пострадавшего в ДТП, принятие мер для обеспечения безопасного оказания помощи;
- поддержание с пострадавшим вербального визуального, тактильного контактов;
- определение вида травмы и оказание соответствующей первой помощи;
- применение простейших приёмов первой психологической помощи.

Тематическое планирование

№	Наименование темы внеурочной деятельности	Кол-во часов	Форма проведения занятий	Электронные ресурсы
1.	Вводное занятие.	1	беседа	
2.	Порядок оказания помощи пострадавшим в ДТП. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи. Оказание первой психологической помощи пострадавшим в ДТП.	2	Беседа, практическое занятие	https://www.mchs.gov.ru/
3.	Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего	4	Беседа, практическое занятие	https://38.mchs.gov.ru/
4.	Средства первой помощи. Аптечка первой помощи (автомобильная). Профилактика инфекций, передающихся с кровью и биологическими жидкостями человека	6	Беседа, практическое занятие	
5.	Правила и способы извлечения пострадавшего из автомобиля. Основные транспортные положения. Транспортировка пострадавших	6	Беседа, практическое занятие	https://www.mchs.gov.ru/
6.	Сердечно-легочная реанимация (СЛР). Особенности СЛР при электротравме, утоплении. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей.	8	Беседа, практическое занятие	https://banktestov.ru/test/29628/
7.	Первая помощь при острой кровопотере и травматическом шоке	4	Беседа, практическое занятие	
8.	Первая помощь при ранениях	5	Беседа, практическое занятие	https://www.mchs.gov.ru/

9.	Первая помощь при травме опорно-двигательной системы	5	Беседа, практическое занятие	
10.	Первая помощь при травме головы, груди, живота	6	Беседа, практическое занятие	https://www.mchs.gov.ru/
11.	Первая помощь при термических и химических ожогах, ожоговом шоке. Первая помощь при отморожении и переохлаждении, при перегревании	12	Беседа, практическое занятие	https://www.mchs.gov.ru/
12.	Первая помощь при острых отравлениях	1	Беседа, практическое занятие	
13.	Первая помощь при неотложных состояниях, вызванных заболеваниями (острые нарушения сознания, дыхания, кровообращения, судорожный синдром)	4	Беседа, практическое занятие	https://38.mchs.gov.ru/
14.	Первая помощь при политравме.	3	Беседа, практическое занятие	https://38.mchs.gov.ru/
15.	Итоговое тестирование по теории и практический зачет.	1	Беседа, практическое занятие	
Итого		68		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448730130

Владелец Манайчева Елена Леонидовна

Действителен с 24.06.2024 по 24.06.2025