

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Погромская средняя общеобразовательная школа им. А.Д. Бондаренко
Волоконовского района Белгородской области»

РАССМОТРЕНО:

на заседании
педагогического совета
МБОУ «Погромская СОШ»
протокол № 1
от «31» августа 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МБОУ «Погромская СОШ»
Л.В. Колешенко
Приказ № 166
от 31 августа 2020 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Основы первой помощи»

Направление: общинтеллектуальное

Возраст детей: 15 лет

Срок реализации: 1 год

Автор: преподаватель ОБЖ Шевченко М. В.

2020г.

Пояснительная записка.

Программа внеурочной деятельности рассчитана на 34 часа (1 час в неделю)

Рабочая программа по внеурочной деятельности по основам безопасности жизнедеятельности «Основы первой помощи» для учащихся 7 классов разработана на основе

1. положений Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования (приказ Министерства Образования и Науки РФ от 17.12.10 №1897).

2. Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009г. №373 (с изменениями от 31.12.2015г. №1576).

3. Примерной программой внеурочной деятельности «Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное общее образование» В.А.Горский, А.А.Тимофеев – М. «Просвещение», 2010г., 111с.

Актуальность. 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.

Специфика учебного процесса по ОБЖ заключается в том, чтобы не только дать учащимся знания в области обеспечения безопасности жизнедеятельности, но и сформировать у них практические умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни, а также в опасных и чрезвычайных ситуациях. К числу таких важных практических умений относятся умения оказывать первую помощь пострадавшим.

Цель программы:

- Научить правилам первой доврачебной помощи
- Научить бережно и осознанно относиться к своему здоровью

Задачи:

- изучить основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи в повседневной жизни, при несчастных случаях и травмах;
- формировать чувство необходимости знаний основ медицины и правил оказания первой помощи;
- развить необходимые качества личности для умелого и грамотного использования навыков оказания первой помощи во время неотложной ситуации;
- привить навыки оказания первой необходимой помощи в различных жизненных ситуациях;
- помочь учащимся в выборе профессии.

Программа предназначена для обучающихся 12 -13 лет.

Сроки реализации программы. Программа внеурочной деятельности рассчитана на 34 часа (1 час в неделю)

Отличительной особенностью программы является то, что в процессе изучения теоретических знаний, обучающиеся расширяют и углубляют знания о строении и функциях организма, на практических занятиях будет предоставлена возможность выполнять лечебные манипуляции. Овладение теоретическими и практическими навыками предполагает активную самостоятельную работу обучающихся.

Формы организации деятельности учащихся: групповая, парная, индивидуальная, коллективная;

формы организации занятий: лекции, семинары, практические занятия, беседы, познавательные игры, проектная деятельность.

Теоретическая часть курса строится на основе раскрытия основных клинических проявлений различных травматических состояний и содержания оказания медицинской помощи внезапно заболевшим и пострадавшим.

Практическая же часть курса направлена на приобретение умений и практических навыков по оказанию первой доврачебной помощи в различных ситуациях.

Программой предполагается проведение практических работ с использованием наглядных пособий (барельефных моделей, фантомов, электронных измерительных приборов), тематических презентаций.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

В результате изучения курса внеурочной деятельности по основам безопасности жизнедеятельности учащиеся 7 класса приобретут следующие результаты:

В сфере метапредметных результатов

- **Регулятивные УУД:** самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- основам самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Познавательные УУД:

- определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- приёмам действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Коммуникативные УУД:

- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Метапредметные и предметные результаты:

- самостоятельно ставить лично-необходимые учебные и жизненные задачи и определять, какие знания необходимо приобрести для их решения;
- умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию;
- 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;
- соблюдение правил работы с медицинским оборудованием.
- использование медицинских знаний в быту.

В ходе изучения данной программы, обучающиеся смогут получить следующие знания и умения.

Обучающиеся 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

Освоение содержания программы для обучающихся осуществляется на базовом уровне.

Содержание курса внеурочной деятельности.

1. Введение - 2 час

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.

2. Кровотечения и раны – 4 часа

- Виды кровотечения, их признаки и характеристика. Приёмы остановки кровотечения. Первая помощь при носовом кровотечении.,
 - понятие основных способов временной остановки наружных кровотечений
- Раны и их виды, первая помощь. Кровотечения. Виды кровотечений и их характерные признаки. Примеры остановки кровотечения максимальным фиксированным сгибанием конечности. Точки пальцевого прижатия для остановки артериального кровотечения. Наложение резинового жгута: этапы наложения жгута. Ошибки при наложении жгута.

Практические работы:

- Наложение давящей повязки;
- кровоостанавливающего жгута, жгута-закрутки;
- решение практических ситуационных задач.

3. 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:

- Повязка на палец, кисть, локтевой сустав.
- Повязка на плечевой сустав, грудь.
- Повязка на голову, глаз, плащевидная повязка.
- Повязка на таз, коленный сустав, голеностоп.
- Провести иммобилизацию костей плеча, предплечья, голени и бедра шинами изготовленными из подручных средств;
- наложение шины при открытом переломе костей голени;
- решение ситуационных задач.

4. Ожоги и отморожения - 3 часа

- понятие о ожогах,
- понятие о видах ожогов,
- понятие о степенях ожогов,
- понятие обморожения,
- понятие первой помощи в зависимости от степени обморожения,
- Запрещающие действия при оказании помощи пострадавшим.
- Первая помощь. Химический ожог: кислотами, щелочами, перекисью водорода.
- Первая помощь. Химические поражения глаз.
- Солнечный ожог

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

Доврачебная помощь при термических и химических ожогах.

Понятие обморожения. Причины и факторы, способствующие обморожениям. Классификация обморожений. 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.

5. 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).

6. 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.

7. 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»

8. Первая помощь при отравлениях. - 3 часа

- ❖ Отравления. Пищевые отравления (проектная деятельность).
- ❖ Отравления алкоголем, никотином (проектная деятельность семинар).
- ❖ Отравление угарным газом, фосфорорганическими соединениями, уксусной кислотой (проектная деятельность).
- ❖ Отравления медицинскими лекарствами, ртутью (проектная деятельность).
- ❖ Первая помощь при отравлении (проектная деятельность).

Практические работы:

- Виды отравлений. Способы проникновения токсинов в организм человека. Причины пищевых отравлений, симптоматика, первая помощь. Отравления ядовитыми ягодами и грибами, симптоматика, первая помощь.
- Признаки и первая помощь при отравлениях алкоголем, никотином.
- Признаки и первая помощь при отравлениях угарным газом, фосфорорганическими соединениями, уксусной кислотой.
- Признаки и первая помощь при отравлениях медицинскими лекарствами, ртутью.

9. Первая помощь при инфекционных заболеваниях- 3 часа

Кишечные инфекции (проектная деятельность). Дизентерия, сальмонеллез, ботулизм, брюшной тиф, холера, стафилококк, гепатит А, пищевые токсикоинфекции - пути передачи и источники заболевания, симптомы, инкубационный период и продолжительность заболевания, влияние и последствия болезни на организм, необходимые мероприятия в отношении больных.

Кровяные инфекции (проектная деятельность). Клещевой энцефалит, клещевой боррелиоз, малярия, чума, столбняк - пути передачи и источники заболевания, симптомы, инкубационный период и продолжительность заболевания, влияние и последствия болезни на организм, необходимые мероприятия в отношении больных.

10. Основы здорового образа жизни - 2ч.

Понятие о личной безопасности. Опасные и безопасные места в населенном пункте. Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города, глухие зоны парков и скверов, места массового скопления людей и т.д. Незнакомые взрослые и подростки.

Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде, в лифте, на лестничной площадке, звонок в дверь, дверь вашей квартиры пытаются открыть; вы вернулись из школы, а дверь вашей квартиры открыта.

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни во время прогулок.

8. Комплексные соревнования. – 1 час

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

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

Тематическое планирование.

№ п/п	Разделы и темы программы	Всего	Количество часов	
			теоретические знания	практическая деятельность
1.	Введение. Вводное занятия. Инструктаж по ГБ	2	1	1
2.	Кровотечения и раны	4	1	3
3.	Переломы и вывихи	4	1	3
4.	Ожоги и отморожения	3	1	2
5.	Травмы головы, грудной клетки, живота. Транспортировка пострадавших	4	1	3
6.	Основы реанимационных мероприятий	4	1	3
7.	Техника наложения повязок	4	1	3
8	Первая помощь при отравлениях.	3	1	2
9	Первая помощь при инфекционных заболеваниях	3	1	2
10	Основы здорового образа жизни	2	1	1
11	Комплексные соревнования	1		1

	Всего:	34	10	24
--	---------------	-----------	----	----

Форма подведения итогов

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

Слайдовые презентации

- Кровотечения
- Переломы и вывихи
- Отморожения
- Ожоги
- Исследование артериального пульса
- Раны
- Виды медицинской помощи
- Десмургия
- Основы реанимационных мероприятий

Плакаты и стенды:

- Строение дыхательной системы
- Пищеварительная система
- Первая помощь при термических и химических ожогах, термических травмах
- Способы переноски пострадавших
- Сердечно - легочная реанимация
- Первая помощь при травмах опорно - двигательной системы

Приложение к рабочей программе
«Основы первой помощи»

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Разделы и темы программы	Часы учебного времени	Сроки проведения		ЭОР
			по плану	фактически	
1	Введение. Инструктаж по ТБ	1	2.09		
2	Встреча с работником МЧС	1	9.09.		
3	Виды кровотечения, их признаки и характеристика. Приёмы остановки кровотечения. Первая помощь при носовом кровотечении.	1	16.09		http://www.minzdrav-rf.ru
4	Примеры остановки кровотечения максимальным фиксированным сгибанием конечности.	1	23.09		
5	Точки пальцевого прижатия для остановки артериального кровотечения.	1	30.09		
6	Наложение резинового жгута: этапы наложения жгута. Ошибки при наложении жгута.	1	7.10		http://www.minzdrav-rf.ru
7	Переломы и вывихи, признаки переломов костей. Основные принципы транспортной иммобилизации. Виды шин.	1	14.10.		
8	Транспортная иммобилизация подручными средствами при повреждении нижних и верхних конечностей. Травмы позвоночника	1	21.10		
9	Повязка на палец, кисть, локтевой сустав. Повязка на плечевой сустав, грудь.	1	11.11		
10	Повязка на голову, глаз, плащевидная повязка. Повязка на таз, коленный сустав, голеностоп. Решение ситуационных задач	1	18.11		
11	Понятие ожога. Классификация и степени ожога. Способы определения площади ожоговой поверхности и степени ожога. Доврачебная помощь при термических и химических ожогах.	1	25.11		http://www.minzdrav-rf.ru
12	Понятие обморожения. Причины и факторы, способствующие обморожениям. Классификация обморожений. Первая помощь в полевых и домашних условиях.	1	2.12		
13	Обработка и наложение асептической повязки на область ожога I и II степени (на фантоме), техника наложения теплоизолирующей повязки	1	9.12		
14	Травмы головы, оказание первой помощи.	1	16.12		

	Травмы груди; особенности наложения повязок при травме груди.				
15	Травмы живота, основные проявления, оказание первой помощи; закрытая травма живота с признаками внутреннего кровотечения.	1	23.12		
16	Наложение спиральной повязки при переломе ребер; транспортировка пострадавшего при открытой и закрытой травме живота; отработка наложения герметизирующей повязки при ранении грудной клетки.	1	13.01		http://www.minzdrav-rf.ru
17	Транспортировка пострадавших с переломом позвоночника и костей таза; отработка приемов фиксации шейного отдела позвоночника.	1	20.01		
18	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения. Способы проверки сознания, дыхания и кровообращения.	1	27.01		
19	Методы проведения ИВЛ: «рот ко рту», «рот в нос». Показания и противопоказания ЗМС.	1	3.02		
20	Современный алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации(СЛР); ошибки и осложнения, возникающие при выполнении реанимационных мероприятий; прекращения СЛР; особенности СЛР у детей	1	10.02		
21	Отработка приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего	1	17.02		
22	Правила наложения повязок: на голову - «шапочка», «чепец», «8-образная».	1	24.02		
23	Правила наложения повязок: на область сустава – «сходящаяся» и «расходящаяся»; «8-образная»	1	3.03		
24	Правила наложения повязок: на верхний плечевой пояс – «Дезо», «спиральная»	1	10.03		
25	Правила наложения повязок: на глаза – «монокулярная», «бинокулярная»	1	17.03		
26	Виды отравлений. Способы проникновения токсинов в организм человека. Причины пищевых отравлений, симптоматика, первая помощь. Отравления ядовитыми ягодами и грибами, симптоматика, первая помощь.	1	31.03		
27	Признаки и первая помощь при отравлениях алкоголем, никотином. Признаки и первая помощь при отравлениях угарным газом, фосфорорганическими соединениями, уксусной кислотой.	1	7.04		
28	Признаки и первая помощь при отравлениях медицинскими лекарствами, ртутью.	1	14.04		
29	Кишечные инфекции	1	21.04		http://www.minzdrav-rf.ru

30	Кровяные инфекции	1	28.04		
31	Контактно-бытовые инфекции	1	5.05		
32	Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни», Основы личной гигиены.	1	12.05		
33	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика. Пути укрепления здоровья	1	19.05		
34	Комплексные соревнования	1	26.05		