

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Никольская основная общеобразовательная школа»
Центр образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста»

Принята:
На заседании педагогического совета
Протокол №1 от «27» августа 2020 г.

Утверждаю:
Директор МБОУ «Никольская ООШ»
Графкина С.Н./
От «27» августа 2020 года



Дополнительная общеобразовательная программа
«Первая помощь»
Направленность: естественно-научная
Возраст учащихся 11-16 лет
Срок реализации: 1 год (72 часа)

Преподаватель: педагог
дополнительного образования
Рыбьякова Людмила Леонидовна

с. Никольск- 2020 г.

Пояснительная записка

Данная программа внеурочной деятельности предназначена для обучающихся 5-9 классов и рассчитана на 72 часа.. Преподавание курса «Первая помощь» для учащихся как дополнительного образования обусловлено многими причинами. Ежегодные медицинские осмотры школьников свидетельствуют о том, что у многих из них есть комплекс заболеваний. Это и нарушение зрения, осанки, сколиоз, нервно-психические расстройства, отравления. Подростки рано начинают курить, употреблять спиртные напитки, что приводит к серьезным последствиям. Для решения этих проблем важным является профилактическое направление в отношении здоровья населения и в первую очередь детей и подростков. Поэтому приоритетным направлением при обучении является формирование принципов здорового образа жизни.

Обучающиеся должны иметь соответствующие знания и практические навыки по оказанию первой медицинской помощи человеку, находящемуся в чрезвычайной ситуации, уметь оказывать само и взаимопомощь при различных травмах и неотложных состояниях.

Цель программы:

- Формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к сохранению и укреплению здоровья на основе принципов здорового образа жизни;
- Приобретение навыков распознавания неотложных состояний и умений оказывать первую доврачебную помощь;

Реализация цели предусматривает решение следующих задач:

- ✓ Заинтересовать и направить на ведение здорового образа жизни, борьбу с вредными привычками.
- ✓ Познакомить воспитанников со строением и основными функциями человеческого организма.
- ✓ Познакомить обучающихся с различными видами травм и неотложных состояний.
- ✓ Научить приемам оказания первой доврачебной помощи при закрытых и открытых травмах.
- ✓ Обучить методам оказания реанимационной помощи.
- ✓ Сформировать тактику поведения в стрессовой ситуации, способствующую сохранению жизни и здоровья.

Содержание программы разработано с учетом имеющихся у воспитанников знаний по биологии, гигиене и санитарии, физике, химии и другим предметам.

Важнейшим условием сохранения здоровья является учет возможности заболеваний и травм, необходимости оказания само и взаимопомощи. В процессе обучения обучающиеся знакомятся с медицинскими и подручными средствами оказания первой помощи, изучают различные виды травм, их признаки и правила оказания первой помощи.

В конце учебного года проводится итоговое занятие, позволяющее выявить уровень медицинской подготовки каждого обучающегося.

Планируемые результаты

Личностными результатами изучения данного курса внеурочной деятельности 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 данного курса внеурочной деятельности являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно – следственные связи опасных ситуаций и их влияния 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 приёмов 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.

Предметные результаты обучающихся: В результате изучения программы данного курса учащиеся должны уметь:

- Оказывать первую медицинскую помощь в различных бытовых и чрезвычайных ситуациях.
- Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни.

Во время обучения правилам и действиям по оказанию первой помощи при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью, они получают следующие **знания**:

- ✓ общие положения, касающиеся первой помощи и основные понятия, ее определяющие, в том числе основные функции государства по организации и обеспечению оказания первой помощи, права и обязанности граждан в отношении оказания первой помощи;
- ✓ перечень состояний, требующих оказания первой помощи) перечень основных мероприятий первой помощи и последовательность их выполнения;
- ✓ способы оценки состояния жизненных функций пострадавших детей и правила проведения базовой сердечно-легочной реанимации;

- ✓ основы первой помощи при кровотечениях, переломах, вывихах, ранениях, ожогах, отморожениях и других неотложных состояниях;
- ✓ придание оптимального положения тела, правила переноски и эвакуации детей при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью.

Содержание

Раздел I. Первая медицинская помощь

Тема 1 . Понятие о здоровье, болезни, неотложных состояниях. Виды первой помощи. Определение физиологических показателей организма.

Понятие о здоровье, болезни, неотложных состояниях. Виды первой помощи.

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

Здоровый образ жизни.

Интерактивная форма: работа в парах по отработке навыков измерения артериального давления, пульса, частоты дыхания.

Тема 2. Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях сердечно-сосудистой системы.

Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной системы .

Основные признаки неотложных состояний при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.

Первая помощь при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: обморок, коллапс, шок, кома, гипертонический криз, приступ стенокардии, инфаркт миокарда.

Дыхательная система. Основные признаки неотложных состояний дыхательной системы

Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной системы: круп, приступ бронхиальной астмы.

Интерактивная форма: решение ситуационных задач.

Тема 3. Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях пищеварительной, выделительной систем .

Основные признаки неотложных состояний пищеварительной системы.
Понятие об «остром животе». Первая помощь при приступе о. аппендицита, холецистита, панкреатита, ущемлённой грыже, прободной язве желудка, непроходимости кишечника.

Первая помощь при приступе почечной колики.

Первая помощь при рвоте, желудочном кровотечении.

Первая помощь при диабетической коме.

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.

Первая помощь при истерическом, эпилептическом припадке.

Интерактивная форма: решение ситуационных задач.

Тема 4. Первая доврачебная помощь при отравлениях. Наркомания, токсикомания, алкоголизм.

Первая помощь при острых пищевых, лекарственных, отравлениях, отравлениях препаратами бытовой химии.

Техника промывания желудка, постановки клизм.

Наркомания, токсикомания, алкоголизм.

Интерактивная форма: групповое обсуждение темы «Актуальные проблемы наркомании».

Раздел II. Помощь при травмах и повреждениях.

Тема 5. Механические травмы. Первая доврачебная помощь .

Механические травмы: ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, переломы, синдром длительного сдавления. Клиника, первая помощь, лечение.

Травмы головы. Первая помощь при сотрясении головного мозга.

Первая помощь при переломах костей свода черепа.

Первая помощь при попадании инородного тела в глаза, уши, нос, дыхательные пути.

Травмы грудной клетки, живота, таза и позвоночника.

Первая помощь при травмах и ранениях грудной клетки.

Первая помощь при травмах и ранениях живота.

Первая помощь при повреждениях костей таза и позвоночника.

Интерактивная форма: работа в микрогруппах по отработке умений оказания помощи при травмах, наложении шин, транспортировки пострадавших.

Тема 6. Термические, электрические поражения. Первая доврачебная помощь .

Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом, солнечном ударах.
Первая помощь при утоплении, удушении.

Интерактивная форма: решение ситуационных задач.

Тема 7. Кровотечения. Раны .

Классификация, признаки кровотечений. Первая помощь при внутренних и наружных кровотечениях. Способы временной остановки кровотечений методом пальцевого прижатия, максимального сгибания конечности, наложения давящей повязки, жгутом, жгутом-закруткой.

Раны. Понятие о ранах. Классификация ран. Признаки ран.

Первая помощь при ранениях различных частей тела, укусах животными и насекомыми.

Интерактивная форма: работа в парах и микрогруппах по отработке навыков остановки кровотечения разными способами.

Тема 8. Основы десмургии. Иммобилизация. Реанимация .

Виды повязок. Способы наложения бинтовых повязок.

Иммобилизация. Способы и правила иммобилизации при переломах конечностей.

Транспортировка больных и пострадавших в ЛПУ.

Реанимация. Терминальные состояния: агония, клиническая и биологическая смерть.

Принципы и методы реанимации. Подготовка поражённого к реанимации (очищение полости рта и носа, положение головы и туловища).

Искусственное дыхание «рот –в -рот». Прекардиальный удар, непрямой массаж сердца.

Интерактивная форма: работа в парах и микрогруппах по отработке навыков наложения повязок.

Раздел III. Профилактика инфекционных заболеваний.

Тема 9. Инфекционные болезни. Эпидемический процесс. Иммуитет. Календарь прививок. Воздушно-капельные инфекции. Кишечные инфекции .

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.

Интерактивная форма: решение ситуационных задач.

Тема 10. Инфекции, передаваемые половым путём. Паразитарные инфекции. Грибковые заболевания. Противоэпидемические мероприятия .

Инфекции, передаваемые половым путём: сифилис, гонорея, гепатит, ВИЧ-инфекция.

Паразитарные инфекции: аскаридоз, энтеробиоз, педикулёз, чесотка.

Грибковые заболевания: микозы, стригущий лишай.

Противоэпидемические мероприятия.

Интерактивная форма: экскурсия в музей Гигиены.

Тематическое планирование

№	Тема занятия	Часы
Раздел 1	Тема 1. Понятие о здоровье, болезни, неотложных состояниях. Виды первой помощи. Определение физиологических показателей организма	
1	Понятие о здоровье, болезни, неотложных состояниях. Виды первой помощи. Определение физиологических показателей организма (измерение артериального давления, пульса, частоты дыхания, температуры тела).	2
2	Здоровый образ жизни.	1

	Тема 2. Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях сердечно-сосудистой системы. Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной системы	
3	<p>Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего. Научатся делать обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений; Научатся делать подробный осмотр пострадавшего в целях выявления травм, отравлений и других состояний. Последовательность осмотра (голова, шея и шейный отдел позвоночника, грудь, живот и таз, конечности, грудной и поясничный отдел позвоночника). Основные критерии оценки нарушения 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)</p>	2
4	Основные признаки неотложных состояний при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	1
5	Первая помощь при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: обморок, коллапс, шок, кома, гипертонический криз, приступ стенокардии, инфаркт миокарда. Решение ситуационных задач.	4
6	<p>Дыхательная система. Основные признаки неотложных состояний дыхательной системы Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной системы: круп, приступ бронхиальной астмы. Первая помощь при закупорке верхних дыхательных путей.</p>	5

	<p>Научаться оказывать первую помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.</p> <p>Решение ситуационных задач.</p>	
7	Решение ситуационных задач.	2
	Тема 3. Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях пищеварительной, выделительной систем	
8	<p>Основные признаки неотложных состояний пищеварительной системы.</p> <p>Понятие об «остром животе». Первая помощь при приступе о. аппендицита, холецистита, панкреатита, ущемлённой грыже, прободной язве желудка, непроходимости кишечника.</p> <p>Решение ситуационных задач.</p>	3
9	<p>Первая помощь при приступе почечной колики.</p> <p>Первая помощь при рвоте, желудочном кровотечении.</p> <p>Первая помощь при диабетической коме.</p> <p>Решение ситуационных задач.</p>	4
10	<p>Аллергические реакции, судорожные состояния.</p> <p>Причины возникновения, признаки, первая помощь при возникновении крапивницы, отёка Квинке, анафилактического шока, сенной лихорадки. Решение ситуационных задач.</p>	3
11	<p>Судорожные состояния. Причины возникновения, признаки, первая помощь при судорожных состояниях.</p>	2
12	<p>Первая помощь при истерическом, эпилептическом припадке. Решение ситуационных задач.</p>	1
	Тема 4. Первая доврачебная помощь при отравлениях. Наркомания, токсикомания, алкоголизм	
13	<p>Первая помощь при острых пищевых, лекарственных, отравлениях, отравлениях препаратами бытовой химии.</p> <p>Техника промывания желудка,</p>	3

	<p>постановки клизм. Первая помощь при отравлении угарным газом и продуктами горения.</p> <p>Решение ситуационных задач.</p>	
14	Наркомания, токсикомания, алкоголизм.	1
Раздел 2	Тема 5. Механические травмы. Первая доврачебная помощь	
15	Механические травмы: ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, переломы, синдром длительного сдавления. Клиника, первая помощь, лечение.	2
16	Травмы головы. Первая помощь при сотрясении головного мозга. Первая помощь при переломах костей свода черепа.	2
17	Первая помощь при попадании инородного тела в глаза, уши, нос, дыхательные пути. Решение ситуационных задач.	3
18	Травмы грудной клетки, живота, таза и позвоночника. Первая помощь при травмах и ранениях грудной клетки.	2
19	Первая помощь при травмах и ранениях живота. Первая помощь при повреждениях костей таза и позвоночника.	2
20	Отработка умений оказания помощи при травмах, наложении шин, транспортировки пострадавших. Решение ситуационных задач.	2
	Тема 6. Термические, электрические поражения. Первая доврачебная помощь	
21	Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом, солнечном ударах. Первая помощь при ожоге Борщевиком. Первая помощь при солнечном ударе и перегреве.	3
22	Первая помощь при утоплении, удушении.	2

	Решение ситуационных задач.	
	Тема 7. Кровотечения. Раны	
23	Классификация, признаки кровотечений. Первая помощь при внутренних и наружных кровотечениях.	1
24	Раны. Понятие о ранах. Классификация ран. Признаки ран. Первая помощь при ранениях различных частей тела, укусах животными и насекомыми. Решение ситуационных задач.	2
	Тема 8. Основы десмургии. Иммобилизация. Реанимация	
25	Виды повязок. Способы наложения бинтовых повязок.	1
26	Иммобилизация. Способы и правила иммобилизации при переломах конечностей. Транспортировка больных и пострадавших в ЛПУ.	2
27	Реанимация. Терминальные состояния: агония, клиническая и биологическая смерть. Принципы и методы реанимации. Решение ситуационных задач.	3
28	Отработка в парах и микрогруппах по отработке навыков наложения повязок.	1
29	Отработка в парах и микрогруппах по отработке навыков наложения повязок.	1
Раздел 3	Тема 9. Инфекционные болезни. Эпидемический процесс. Иммуитет. Календарь прививок. Воздушно-капельные инфекции. Кишечные инфекции	
30	Инфекционные болезни. Эпидемический процесс. Иммуитет. Календарь прививок.	1
31	Воздушно-капельные инфекции: корь, скарлатина, дифтерия, ветряная оспа, паротит, коклюш, ОРЗ, грипп. Кишечные инфекции: холера, дизентерия, вирусный гепатит. Решение ситуационных задач.	3
	Тема 10. Инфекции, передаваемые половым путём. Паразитарные инфекции. Грибковые	

	заболевания. Противоэпидемические мероприятия	
32	Инфекции, передаваемые половым путём: сифилис, гонорея, гепатит, ВИЧ-инфекция.	1
33	Паразитарные инфекции: аскаридоз, энтеробиоз, педикулёз, чесотка. Решение ситуационных задач.	2
34	Экскурсия в музей Гигиены.	1
35	Зачет	1