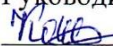


**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 6» имени
полного кавалера ордена Славы Н.В. Овчинникова**

«Согласовано»

Руководитель центра

 Каплаухова Т.Н.

Протокол № 1

От 30.08.2024.г

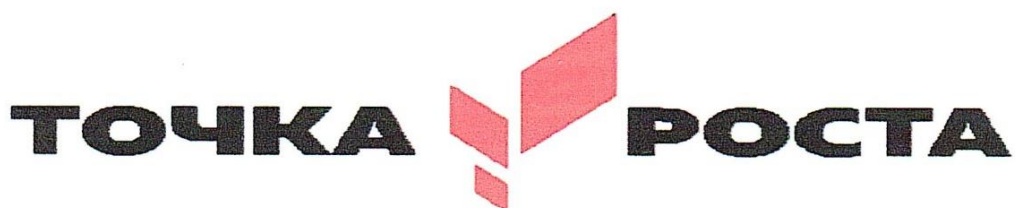
«Утверждаю»

Директор школы

 Н.Н. Головки

Приказ №59-О

от «30» августа 2024 года



Рабочая программа внеурочной деятельности

«Первая медицинская помощь»

5-6 класс

Составитель: учитель музыки
Солдацкова Е.Н.

с. Саблинское
2024 - 2025 учебный год

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Первая медицинская помощь» для 8-9 классов разработана в соответствии с требованиями **нормативно-правовой основы:**

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010г. №1897(с изменениями и дополнениями);
- Примерной программы внеурочной деятельности (начальное и основное общее образование) Методические материалы по ОБЖ 2016г.- А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин
- Программа ОБЖ 2015г.- общая редакция А.Т.Смирнов
- «Основы безопасности жизнедеятельности» 2016г.-В.Н.Латчук, Б.И.Мишин.
- Методика обучения ОБЖ 2013г.-Л.В.Байбородова, Ю.В.Индюков.
- Подготовка и проведение соревнований учащихся «Первая медицинская помощь» 2015г.-А.Г.Маслов

Актуальность

Следует иметь в виду, что обучение безопасной жизнедеятельности - не самоцель. Оно неразрывно связано с проблемой достижения ребенком успеха в жизни, его самореализации, самоутверждения, удовлетворения его разнообразных жизненных потребностей. От объективных, а тем более субъективных трудностей ребенку не уйти, и надо учить его не только избегать опасностей, но и смело решать жизненные проблемы, умело действовать при их возникновении. Это важно еще и потому, что трудности и экстремальные ситуации человеку создают не только природа, техника или окружающие его люди. Очень часто он создает их себе сам, а его неподготовленность всегда усложняет положение. Поэтому подготовка ребенка к встрече с экстремальными ситуациями и грамотным действиям при их возникновении - одна из составляющих обеспечения его успешной, благополучной и безопасной жизни, и к этому надо готовить детей целенаправленно. Противостояние трудностям, успехи в деятельности определяются в первую очередь правильным представлением об окружающем мире, обществе и взаимоотношениях в нем. Это находит свое выражение в адекватном мировосприятии. Поэтому так важно дать детям основы социально психологических знаний.

Ключевая педагогическая идея

Социально психологически развитый человек в жизни, труде, межличностных отношениях руководствуется цивилизованными моральными и правовыми нормами, социальными ценностями, принятыми в данном обществе. Он ориентирован на гармоничное решение проблем своей жизни, обеспечение ее духовной и материальной полноты. Ему важно не только что он делает, но и как он это делает (творчески, качественно, красиво). Ответственный, трудолюбивый, добросовестный, оптимистично настроенный человек не боится трудностей, достойно переносит неудачи, в экстремальных ситуациях поступает в соответствии с нормами морали и совести. Социально развитая личность психологически интегрирована в общество, в котором она живет, что проявляется в ее гражданственности, патриотизме.

Важное социально-психологическое свойство личности, способствующее успешности в жизни, способность объективной оценки самого себя в обществе, микрогруппе, тогда как неадекватная оценка своих способностей и качества своих действий, самоуспокоенность или неверие в свои силы могут привести к негативным последствиям в экстремальной ситуации.

Весьма существенной характеристикой человека и его поведения является групповая интегрированность, осознание себя как члена определенного социального слоя, группы. Недостаточная подготовленность к экстремальным ситуациям может привести к тяжелым, а порой и трагическим последствиям. Чтобы избежать их, необходимо:

- знать виды экстремальных ситуаций, их особенности;
- уметь выполнять необходимые действия, не ухудшая их качество под влиянием своего психического состояния и необычных обстоятельств экстремальных ситуаций;
- уметь выполнять особые действия, соответствующие специфике конкретных экстремальных ситуаций;
- обладать специально развитыми качествами, повышающими способность к успешным действиям в специфических экстремальных ситуациях, наиболее вероятных в жизни и деятельности;
- обладать повышенной экстремальной устойчивостью, чтобы безопасно выходить из экстремальных испытаний без негативных последствий для дела, жизни и здоровья;
- быть способным настойчиво, невзирая на трудности, реализовать свои намерения, наступательно преобразуя обстоятельства экстремальной ситуации и гибко управляя своим поведением.

Не подлежит сомнению, что хорошо подготовленный к экстремальным ситуациям человек более уверен в себе, чем неподготовленный. Осознание собственной неподготовленности, неумелости - источник волнения и паники даже там, где для них нет оснований.

Подготовленный человек лучше разбирается в особенностях возникающих ситуаций, более правильно оценивает их, предвидит развитие событий, тем самым не позволяет застать себя врасплох и не вынужден действовать впопыхах. Подготовленный человек действует спокойнее, допускает меньше ошибок и промахов, не создает себе по незнанию дополнительные трудности.

Программа связана с курсом «Основы безопасности жизнедеятельности». Является механизмом интеграции, обеспечения полноты и цельности содержания программы по предмету, расширяя и обогащая его, направлена на сохранение здоровья в чрезвычайной ситуации, начиная со школьного возраста, правильным действиям в опасных для жизни и здоровья ситуациях.

Новизна программы заключается в сочетании практико - ориентированных занятий с психологическими тренингами.

Цель программы:

Формировать у детей сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности, практических навыков и умений поведения в экстремальных ситуациях, стремления к здоровому образу жизни, совершенствование морально-психологического состояния и физического развития.

Задачи:

- **обучающие** выработать и совершенствовать новые формы и методы подготовки молодежи к безопасному поведению в экстремальных ситуациях, развития ее заинтересованности в предотвращении возможных ЧС;
- **воспитательные** пропагандировать и популяризировать среди молодежи здоровый образ жизни;
- **развивающие** формировать общественное мнение в поддержку движений: «Юный инспектор дорожного движения», «Школа безопасности», «Юный спасатель»

и вовлекать в них возможно большее число детей и подростков.

Направленность программы ставит и решает актуальные вопросы социального и духовного развития обучающихся, оставаясь при этом в рамках детско-юношеских движений «Юные инспектора дорожного движения», «Школа безопасности» и требований современной школы.

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

Методы работы:

1. Репродуктивный
2. Частично-поисковый
3. Проблемный

Формы работы:

1 Учебно-тренировочные занятия, лекции .

Принципы работы:

1. Принцип сотрудничества.
 2. Принцип научности.
 3. Принцип доступности.
 4. Принцип системности, заключающийся в единстве целостных ориентиров, целей, стиля, содержания, форм и методов.
 5. Принцип развития ценностного подхода: не давая готовых ответов, дать детям оценить их выбор в повседневной жизни.
 6. Принцип добровольности.
 7. Принцип взаимосвязи и взаимозависимости
8. **Объем программы:** программа рассчитана на 68 часа, 5-6 классы. На реализацию курса отводится 2 часа в неделю.
 9. **Форма обучения:** очная.
 10. **Срок освоения программы:** 1 год.

2.СОДЕРЖАНИЕ

Основы медицинских знаний.

Профилактика травматизма и заболеваний

Травмы и заболевания характерные в природной среде. Характеристика травм и заболеваний, меры по их профилактике.

Горные дезадаптации, признаки, первая помощь, прогноз и изменение тактики похода. Аклиматизация как средство профилактики горной болезни.

Инфекционные заболевания характерные в природной среде, причины их возникновения и механизм

передачи. Признаки инфекционных заболеваний и оказание первой медицинской помощи.

Предупреждение обморожений и переохлаждений.

Гигиена туриста. Соблюдение правил личной гигиены в походе.

Основные принципы оказания первой медицинской помощи. Проведение осмотра пострадавшего, порядок его проведения (обеспечение проходимости дыхательных путей, наличие дыхания, наличие пульса).

Правила поведения оказывающего первую медицинскую помощь.

Практические занятия

Профилактика травм и заболеваний до выхода на маршрут и во время похода.

Средства оказания первой медицинской помощи

Состав медицинской аптечки туристской группы: перевязочные, дезинфицирующие и лекарственные средства, их характеристика.

Виды повязок и их назначение. Правила наложения повязок на голову, нижние и верхние конечности, грудь, спину, живот и т.д.

Порядок и правила использования и применения дезинфицирующих и лекарственных средств. Порядок измерения температуры, пульса, артериального давления.

Согревающие и охлаждающие процедуры, их применение.

Практические занятия

Комплектование медицинской аптечки. Демонстрация и отработка правильной последовательности действий при осмотре, выборе и применении перевязочных материалов, дезинфицирующих и лекарственных средств.

Первая медицинская помощь при травмах

Общая характеристика повреждений. Основные правила оказания первой медицинской помощи при повреждениях и ранениях.

Характеристика различных видов кровотечений и их причины. Способы остановки кровотечений (давящая повязка, наложение жгута, пережатие артерий, сгибание конечностей). Особенности оказания первой медицинской помощи при внутреннем кровотечении. Оказание помощи при носовом кровотечении.

Характеристика различных видов травм (ушибы, растяжения и разрывы связок, вывихи, сдавливания). Причины и признаки травм. Правила оказания первой медицинской помощи при травмах.

Переломы костей и их причины. Характеристика различных видов переломов (открытые и закрытые). Правила оказания первой медицинской помощи при переломах.

Правила и способы транспортировки пострадавшего. Правила транспортной иммобилизации и дисмургии при повреждениях костей черепа и черепно-мозговой травме, позвоночника, таза,

конечностей с применением подручных средств. Пневматические шины. Правильное положение тела пострадавшего при транспортировке. Техника транспортировки и страховка пострадавшего.

Практические занятия

Наложение повязок и остановка кровотечений. Наложение шин при подготовке к транспортировке пострадавшего. Изготовление транспортировочных средств. Практика переноски пострадавшего на длительные расстояния с соблюдением мер безопасности.

Первая медицинская помощь при острых состояниях и несчастных случаях

Причины и признаки укусов насекомых. Правила оказания первой медицинской помощи при укусах насекомых. Особенности оказания помощи при укусах клещей.

Причины и признаки укусов змеями, правила оказания помощи. Причины и признаки утопления, правила оказания помощи.

Причины и признаки поражения электротоком и молнией, правила оказания помощи при электротравме и поражении молнией.

Причины и признаки термических и химических ожогов, правила оказания помощи при различных видах ожогов.

Причины и признаки отморожений и переохлаждений, правила оказания помощи. Причины и признаки теплового и солнечного удара, правила оказания помощи.

Причины и признаки попадания инородных тел в глаза, ухо, полость рта, пищевод, дыхательные пути, правила оказания первой медицинской помощи.

Характеристика причин, вызывающих потерю сознания и остановку сердца. Причины потери сознания и остановки сердца. Сердечно-легочная реанимация и последовательность ее проведения (искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца).

Причины и признаки травматического шока, правила оказания помощи при травматическом шоке. Причины и признаки обморока, правила оказания помощи.

Практические занятия

Демонстрация и отработка правильной последовательности действий при осмотре и выборе пособий при травмах и заболеваниях.

Первая медицинская помощь при отравлениях

Причины и признаки отравлений сильнодействующими ядовитыми веществами. Правила оказания первой медицинской помощи.

Причины и признаки отравления средствами бытовой химии, правила оказания помощи.

Причины и признаки отравления лекарственными и наркотическими препаратами, правила оказания помощи.

Причины и признаки пищевых отравлений, правила оказания помощи.

Причины и признаки отравления ядовитыми растениями, ягодами, грибами, правила оказания помощи.

Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии на него физических упражнений

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат.

Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Изменение сердца под влиянием

нагрузок различной интенсивности. Дыхание и газообмен. Постановка дыхания в процессе занятий.

Органы пищеварения и обмен веществ. Органы выделения (кишечник, почки, легкие, кожа). Нервная система — центральная и периферическая. Элементы ее строения и основные функции. Ведущая роль центральной нервной системы в деятельности организма.

Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности, совершенствование двигательных качеств человека (быстрота, сила, ловкость, выносливость).

Оказание помощи людям в условиях природной среды

Виды несчастных случаев, аварии и чрезвычайные ситуации, угрожающие жизни и здоровью людей в условиях природной среды. ЧС в туристских и альпинистских группах. Поиск и спасение людей при стихийных бедствиях. Использование подручных средств для оказания помощи и спасения пострадавших. Использование специальных спасательных средств.

Практические занятия

Оказание помощи в условиях окружающей среды.

Планируемые результаты

Личностные Самоопределение:

- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни; -экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;
- осознание ответственности человека за общее благополучие,
- гуманистическое сознание,
- социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм, устойчивое следование в поведении социальным нормам,

Требования к уровню подготовки обучающихся

Общеучебные:

- использовать общие приёмы решения задач;
- выбирать наиболее эффективные способы решения задач;
- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
- ставить и формулировать проблемы;

самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера

- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера;
- начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.
- узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии

Коммуникативные УУД

Инициативное сотрудничество:

- проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач, -ставить вопросы,
- обращаться за помощью,
- формулировать свои затруднения; с содержанием учебных предметов.
- предлагать помощь и сотрудничество;

2. Учебный план

№ п/ п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации\контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы здорового образа жизни.	10	60	5	Практическая работа
2.	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	20	42	15	Практическая работа
3.	Первая помощь при кровотечениях.	10	18	4	Практическая работа
4.	Сотрясение головного мозга, потеря сознания.	18	12	2	Практическая работа
5.	Сердечная недостаточность, основные понятия и определения.	10	24	2	Практическая работа
	Итого:	68	40	28	

Календарный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Дата проведения	
			План	Факт
1	Раздел 1. Основы здорового образа жизни.			
1	Понятие о здоровье и болезни.	2	5.09	
2	Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами.	2	12.09	
3	Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма	2	19.09	
4	Нравственность и здоровье.	2	26.09	
5	Занятия физкультурой, спортом, закаливание.	2	3.10	
6	Инфекционные болезни и их профилактика.	2	10.10	
7	Вредные привычки и борьба с ними.	2	17.10	
8	Понятие о первой помощи. Средства оказания первой помощи	2	24.10	
9	Ожоги и обморожения. Электротравма	2	7.11	
10	Укусы животных, насекомых, змей. Отравления ядовитыми растениями, грибами	2	14.11	
11	Утопление, удушье, отравление угарным газом	2	21.11	
12	Понятие о неотложных состояниях и помощь при них	2	28.11	
13	Понятие о терминальных состояниях	2	5.12	
	Раздел II. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи			
14	Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах и переломах	2	12.12	
15	Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата	2	19.12	
16	Профилактика травм опорно-двигательного аппарата	2	26.12	
17	Первая помощь при ранениях	2		
18	Виды ран и общие правила оказания первой помощи.	2		
19	Виды повязок и основные правила наложения повязок	2		
20	Правила наложения закрутки.	2		
	Раздел III. Первая помощь при кровотечениях.			
21	Способы остановки кровотечений.	2		
22	Правила наложения давящей повязки.	2		
23	Правила наложения жгута	2		
	Раздел IV. Сотрясение головного мозга, потеря сознания.			

24	Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	2		
25	Первая помощь при травмах груди, живота, в области таза, при повреждении позвоночника.	2		
26	Пневмоторакс	2		
27	Травматический шок, причины, признак, первая помощь.	2		
28	Первая помощь при попадании в полости носа, глотку, пищевод и верхние дыхательные пути инородных тел.	2		
	Раздел V. Сердечная недостаточность, основные понятия и определения.			
29	Инсульт, его возможные причины возникновения.	2		
30	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	2		
31	Понятия клинической смерти и реанимации.	2		
32	Возможные причины клинической смерти и ее признаки	2		
33	Первая помощь при остановке сердца	2		
34	Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.	2		
	Итого:	68		

Список литературы

1. Методические материалы по ОБЖ 2001г.- А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин
2. Программа ОБЖ 2013г.- общая редакция А.Т.Смирнов
3. «Основы безопасности жизнедеятельности» 2013г.-В.Н.Латчук, Б.И.Мишин.
4. Методика обучения ОБЖ 2003г.-Л.В.Байбородова,Ю.В.Индюков.
5. Борисевич А.И. Словарь терминов и понятий по анатомии человека: Учебное пособие для высшей школы – М 2006. – 272с.
6. Барановский А.Ю. Руководство по домашней медицине. Наука. Санкт- Петербург, 2003. 612с.
7. Заликина Л.С. Общий уход за больными. М.: Медицина, 2003. – 310с.
8. Колесов Д.В. Основы гигиены и санитарии. – М.: Просвещение, 1989. 224с.
9. Обуховец Т.П., Складорова Т.А., Чернова О.В. Основы сестринского дела. Медицина для вас. Ростовн/Д, 2009. - 432с.
10. Палеев Н.Р. Справочник врача общей практики. М.: Медицина, 2008. – 926с.

