

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №1**

ОБСУЖДЕНО  
педагогическим советом  
МАОУ СОШ №1  
Протокол №11  
от 14 июня 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарной направленности  
«Оказание первой помощи»**

Возраст обучающихся: 12-16 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:  
Кировский Е.В.,  
педагог дополнительного  
образования

г. Североуральск

## Оглавление

1. Комплекс основных характеристик.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Планируемые результаты.....	6
1.4. Содержание общеразвивающей программы.....	8
2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	12
2.1. Календарный учебный график.....	12
2.2. Условия реализации программы.....	12
2.3. Форма аттестации и оценочные материалы.....	14
Список литературы.....	16

# 1. Комплекс основных характеристик

## 1.1 Пояснительная записка

***Направленность:*** социально-гуманитарная

### ***Актуальность***

Проблема здоровья подростков актуальна и имеет острую социальную значимость. Потеря здоровья у молодых девушек и юношей становится угрозой для здоровья нации, что не может не сказаться на демографическом потенциале страны, поэтому охрана здоровья – важная государственная задача. Родителей, педагогов тревожит проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения: распространение среди подростков вредных привычек, а «болезни поведения» стали проблемой современности. Важно, чтобы просвещение подростков было своевременным, поэтому необходимо вовремя сформировать положительное отношение к здоровому образу жизни, научить понимать ответственность за своё поведение и здоровье.

Программа способствует углублению знаний школьников по основам медицинских знаний, выработке дополнительных умений и навыков диагностирования заболеваний, оказания первой доврачебной медицинской помощи пострадавшим, выполнению некоторых предписаний врача по уходу за больным. С другой стороны, программа направлена на углубление понимания школьников биохимических и физиологических процессов, протекающих на уровне организма человека, различения нормы и патологии. На сегодняшний день в школах России нет универсальной системы массового обучения медицинским аспектам оказания первой помощи. Информацию об опасности тех или иных состояний, охраны здоровья и медицинской терминологии современный человек получает из научно- популярной литературы или теле- и радиопередач, которые зачастую носят формальный характер.

Не секрет, какими колоссальными потерями оборачивается подобное невежество для каждого из нас, сколько человеческих жизней уносится из-за безграмотности тех, кто оказывается рядом с пострадавшим. Для решения этой проблемы предлагается программа «Первая медицинская помощь», назначение которой - дать ту сумму неформальных знаний и навыков, которые позволят каждому человеку сохранить своё здоровье и оказать первую медицинскую помощь пострадавшим.

### ***Отличительные особенности***

Содержание программы имеет особенности, обусловленные, задачами развития, обучения и воспитания учащихся, социальными требованиями к уровню развития их личностных и познавательных качеств, психологическими возрастными особенностями учащихся. Содержание и структура курса обеспечивают выполнение требований к уровню подготовки школьников, развитие творческих умений, научного мировоззрения, гуманности, привитие самостоятельности, трудолюбия и заботливого отношения к людям.

Отличительные особенности программы:

- **успешность:** обучения определяется способностью ребенка самостоятельно объяснить, почему он должен поступить именно так, а не иначе. И как результат – осознанное поведение в реальных опасных условиях.
- **доступность:** учебный материал должен быть изложен в доступной форме.
- **наглядность:** при обучении личной безопасности необходимы наглядные средства: плакаты, видеофильмы, чтобы дети могли увидеть, услышать и потрогать, тем самым реализовав потребность в познании.
- **единство воспитания и обучения:** на всех этапах обучения необходимо воспитывать у детей культуру безопасности. Программа содействует сохранению единого образовательного пространства.

### ***Адресат***

- Возраст обучающихся: 12-16 лет
- Численность группы: до 15 обучающихся
- В реализации данной программы участвуют обучающиеся не имеющие медицинских противопоказаний. Программа не предусматривает конкурсного отбора.

***Режим занятий:*** 2 часа в неделю. Продолжительность занятий в группах устанавливается в соответствии с санитарными нормами и правилами и рассчитана в академических часах (академический час – 40 минут) с учетом возрастных особенностей обучающихся.

***Объем общеразвивающей программы:*** 76 часов

***Срок освоения:*** 1 год

***Уровневость:*** стартовый уровень

***Формы обучения:*** индивидуальные, групповые, фронтальные, коллективные, парные, аудиторные и внеаудиторные, классные и внеклассные, школьные и внешкольные формы обучения.

***Виды занятий:*** комбинированные, лекции, коллоквиумы, экскурсии, обучающие игры, презентации, проектирование, круглый стол, ролевые игры.

***Формы подведения результатов:*** Опрос, контрольное занятие, ситуативные игры, практические занятия, контрольные упражнения, игра-испытание, самоанализ.

## 1.2 Цель и задачи программы

**Цель программы** – расширение знаний по медицине и использование их для оказания первой медицинской помощи.

### **Задачи программы:**

#### *Образовательные:*

- формировать у обучающихся прочных и осознанных навыков оказания первой доврачебной медицинской помощи;
- формировать алгоритма оптимальных действий в опасной и чрезвычайной ситуации различного характера.
- актуализировать знаний по анатомии, физиологии и гигиене человека
- формировать знаний о симптомах некоторых, наиболее часто встречающихся патологических состояний человека.
- формировать умений оказывать неотложную медицинскую помощь.
- формировать у учащихся правильного отношения к своему здоровью.

#### *Развивающие:*

- развивать положительных морально-волевых качеств личности подростка;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- формировать чувства ответственности за свою жизнь и жизнь окружающих;

#### *Воспитательные:*

- формировать активной гражданской позиции подростков, приобщение к вопросам личной и коллективной безопасности;
- мотивировать подростков к предотвращению чрезвычайных ситуаций, оказанию само и взаимопомощи, умелым и быстрым действиям в любой ситуации; формирование чувства патриотизма, любви к Родине.

### 1.3 Планируемые результаты

#### **Личностные:**

- развитие любознательности;
- развитие интеллектуальных и творческих способностей обучающихся;
- воспитание ответственного отношения к своему здоровью;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей российского общества;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории;
- образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.
- формирование гармонично развитой личности с активной гражданской позицией, обладающей желанием и необходимыми навыками для преобразовательной деятельности в области профилактики травматизма, инфекционных болезней и последствий нездорового образа жизни;
- формирование таких нравственных качеств, как милосердие, сострадание, соучастие;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни;
- воспитание ответственного отношения к личному здоровью и здоровью окружающих.

#### **Метапредметные:**

- умение работать с разными источниками медицинской информации
- умение сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию;
- способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к своему здоровью и здоровью окружающих.

В результате освоения содержания кружка у учащихся

предполагается формирование универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных, личностных).

Познавательные УУД: в предлагаемом курсе кружка изучаемые определения и правила становятся основой формирования умений выделять признаки и свойства объектов. В процессе поиска решения у учеников формируются и развиваются основные мыслительные операции (анализа, синтеза, классификации, сравнения, аналогии и т.д.), умения различать разнообразные явления, обосновывать этапы решения учебной задачи, производить анализ и преобразование информации.

Регулятивные УУД: содержание кружка позволяет развивать и эту группу умений. В процессе работы ребёнок учится самостоятельно определять цель своей деятельности, планировать её, самостоятельно двигаться по заданному плану, оценивать и корректировать полученный результат.

Коммуникативные УУД: в процессе изучения материала кружка осуществляется знакомство с медицинским языком, формируются речевые умения: дети учатся высказывать суждения с использованием медицинских терминов и понятий, формулировать вопросы и ответы в ходе выполнения задания, доказательства верности или неверности выполненного действия, обосновывают этапы решения учебной задачи.

**Предметные:**

- освоение правил оказания первой доврачебной медицинской помощи при различных видах повреждений;
- умение анализировать возможные последствия различных повреждений и травм;
- отработка приемов оказания первой доврачебной медицинской помощи;
- овладение манипуляционной техникой.

## 1.4 Содержание общеразвивающей программы

### **УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

№ п/п	Тематический блок	Разделы	Количество часов			Формы контроля
			всего	теор.	практ.	
1	Введение		1	1		Беседа
2	Основы здорового образа жизни	Виды медицинской и доврачебной помощи	10	8	2	Тест Опрос
		Личная и общественная гигиена				
		Гигиена как наука о сохранении здоровья людей.				
3	Инфекционные заболевания. Меры их предупреждения. Пищевые отравления	Понятия об инфекционных болезнях, их предупреждение.	12	10	2	
		Респираторные и простудные заболевания.				
		Правила ухода за больными				
		Гигиена питания.				
		Пищевые отравления и их профилактика.				
		Значение дезинфекции				
4	Оказание первой медицинской помощи	Значение первой помощи и правила её оказания.	24	12	12	Тест, опрос
		Способы искусственного дыхания.				
		Непрямой массаж сердца				
		Укусы насекомых, собак, ядовитых змей				
		Раны и травмы				
		Виды кровотечений.				
		Вывихи, переломы, ушибы, растяжения.				

		Ожоги и обморожение				
		Опасность на воде				
		Обморок и удушье				
5	Азбука выживания	Факторы риска.	28	19	9	Ситуативные игры. Контрольные упражнения
		Основы безопасности.				
		Поведение в экстремальных ситуациях.				
		Поведение в экстремальных ситуациях.				
		Выживание в автономном походе.				
		Социально- психологическая подготовка				
		Выживание в различных ЧС.				
		Противопожарная подготовка.				
6	Итоговое занятие		2		1	Тестирование
		<b>ИТОГО:</b>	76	42	34	

## *Содержание учебно-тематического плана*

### 1. Введение.

Теория. Цель, задачи и содержание программы. Организация теоретического и практического обучения: правила внутреннего распорядка, режим занятий, правила поведения и безопасного труда в учебном классе, на рабочем месте. Понятие милосердие. Опрос.

### 2. Основы здорового образа жизни

Теория.

Виды медицинской и доврачебной помощи

Иметь представление о средствах оказания первой доврачебной помощи.

Познакомиться с содержанием медицинской (домашней) аптечки. Личная и общественная гигиена. Гигиена как наука о сохранении здоровья людей. Факторы внешней среды и их влияние на здоровье людей. Роль проветривания и влажной уборки в комнате. Текущая и генеральная уборка.

Практика.

Тестирование по пройденному материалу. Викторина. Разбор аптечки.

### 3. Инфекционные заболевания. Меры их предупреждения. Пищевые отравления

Теория.

- ✓ Понятия об инфекционных болезнях, их предупреждение.
- ✓ Респираторные и простудные заболевания. Профилактика ОРЗ, ОРВИ. Значение закаливания.
- ✓ Правила ухода за больными. Значение для человека распорядка дня, режима питания, активного отдыха, сна. Гигиеническое значение ухода за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Значение своевременной смены постельного и нательного белья.
- ✓ Гигиена питания. Физиологические нормы питания. Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества, витамины. Режим питания.
- ✓ Пищевые отравления и их профилактика. Кормление больного. Профилактика инфекционных болезней. Значение дезинфекции. Отравления препаратами бытовой химии. Различать предметы бытовой химии. Знать приемы оказания первой доврачебной помощи при отравлениях препаратами бытовой химии. Пищевые отравления, меры предупреждений и первая помощь. Виды первой доврачебной помощи при пищевых отравлениях.

Практика.

Тестирование по пройденному материалу. Ситуативные игры. Решение задач.

### 4. Оказание первой медицинской помощи.

Теория.

- ✓ Сущность и задачи первой медицинской помощи (ПМП). Последовательность и правила оказания первой помощи. Формирование представления о способах искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.
- ✓ Первичная обработка раны при укусах насекомых, собак и ядовитых змей.
- ✓ Направление пострадавшего в травмпункт для оказания помощи. Зависимость состояния от места укуса змеи. Наибольшая опасность от укуса в шею, голову при прокусывании вен. Помощь, удаление яда из раны, госпитализация. Общая картина в зависимости от дозы яда и индивидуальной чувствительности (числа

укусов). Общие симптомы, первая помощь, удаление жала, обработка раны, прикладывание холода.

- ✓ Понятия о ранах и травмах различного рода.
- ✓ Научить отличать по признакам артериальное и венозное кровотечение; угрожающее жизни и неопасное кровотечения. Способы временной остановки кровотечений. Правила наложения жгута, ватно-марлевой повязки. Правила наложения стерильных повязок на рану.
- ✓ Ожоги, причины, виды, степени. Оказание первой медицинской помощи. Обморожение. Воздействие низких температур на организм. Первая помощь. Обморок. Измерение артериального давления.
- ✓ Вывихи, переломы, ушибы, растяжения. Оказание ПМП с использованием подручных средств для иммобилизации конечностей. ПМП при ушибах и растяжениях.
- ✓ Беда на воде. Отравление угарным газом.

Практика.

Практическое занятие по оказанию первой медицинской помощи в заданной ситуации. Решение задач.

## 5. Азбука выживания

Теория:

- ✓ Окружающая среда: природная, производственная и бытовая, факторы риска. Организация спасательного дела в России. Российская система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Единая диспетчерская служба.
- ✓ Понятия опасности и определение опасных факторов. Чрезвычайные ситуации (ЧС) природного характера – землетрясения, смерчи, наводнения, лавины, сели, камнепады, обвалы. ЧС техногенного характера – аварии, катастрофы, пожары и др. ЧС экологического характера – эпидемии, пандемии и др. Выживание в природной среде. Жизнедеятельность при отсутствии пищи, воды, при замерзании, при нехватке кислорода.
- ✓ Дружба и взаимовыручка в команде. Значение психологической подготовки, реакция людей на стрессовые ситуации. Развитие памяти, простой мышечной реакции. Страх и способы его преодоления. Внимание, память и мышление – необходимые факторы выживания. Оптимальные и экстремальные условия жизнеобитания человека. Порог выживаемости человека (условия, время, возможность возвращения к жизни). Возможные последствия для организма человека, пребывающего в экстремальных условиях.
- ✓ Классификация пожаров. Пожары в жилых помещениях, производственных помещениях. Средства защиты от огня. Характеристика поражающих факторов.

Практика:

Создание условно чрезвычайных ситуаций, действия в них, разбор и исправление ошибок. Отработка действий в природной среде при введении вводных по условному выживанию, разбор и исправление ошибок. Игры, развивающие психические функции, психологическую устойчивость, игры на снятие напряжения горения.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Основные характеристики образовательного процесса	
1	Количество учебных недель	38
2	Количество учебных дней	38
3	Количество часов в неделю	2
4	Количество часов	76
5	Недель в I полугодии	16
6	Недель во II полугодии	22
7	Начало занятий	20 сентября
8	Выходные дни	31 декабря- 9 января
9	Окончание учебного года	31 мая

### 2.2 Условия реализации программы

#### *Материально-техническое обеспечение*

Программа реализуется при условии наличия следующего:

- просторного, светлого помещения не менее чем на 16 посадочных мест, оснащённого в соответствии с требованиями СанПиН 2.4. 3648-20;
- специальное оборудование:
  - ✓ тематические папки 2 шт.
  - ✓ наглядные пособия, изготовленные педагогами и детьми, а также готовые наглядные пособия 5 шт.
  - ✓ методические разработки мероприятий 3 шт.
  - ✓ нетбуки для учащихся
  - ✓ интерактивный комплекс
  - ✓ бинт
  - ✓ жгут
  - ✓ шины
  - ✓ аптечка первой помощи

- ✓ манекен
- ✓ санитарные салфетки для проведения искусственной вентиляции легких
- ✓ пенополиэтиленовый коврик
- ✓ поясной ремень
- ✓ транспортировочная сумка

**Информационное обеспечение:** видео-, фотоматериалы, репродукции, альбомы, журналы, книги.

**Кадровое обеспечение:** реализация программы осуществляется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее или среднее профессиональное образование, обладающим профессиональными знаниями в сфере декоративно-прикладного творчества. Педагогу необходимо знать специфику дополнительного образования, иметь практический опыт в сфере организации интерактивной деятельности детей.

### **Методические материалы**

Использование методов на занятиях:

- методы практико-ориентированной деятельности (упражнения, тренинги);
- словесные методы (объяснение, беседа, диалог, консультация);
- метод наблюдения (визуально, зарисовки, рисунки);
- наглядный метод: метод иллюстраций: показ плакатов, таблиц, картин, карт, зарисовок на доске;
- метод демонстраций: демонстрация опытов, компьютер;
- практические: упражнения.

Особая группа – это активные методы обучения: методы, при которых деятельность обучаемого носит продуктивный, творческий, поисковый характер.

Использование учителем активных методов обучения предполагает:

- глубоко продуманные учебные цели;
- высокий уровень включенности учеников;
- анализ и обсуждение приобретённого детьми опыта или полученной информации.

Использование различных форм организации образовательного процесса:

- занятия в кабинете (тематические, игровые, интегрированные, итоговые);
- фронтальная (коллективная);
- групповая;
- индивидуальная.

При фронтальной форме организации учебной деятельности педагог работает со всей группой. Но, в отличие от урочной деятельности, на кружке царит более раскрепощённая, доверительная обстановка, и все дети с удовольствием включаются в учебный процесс, могут высказать своё мнение, поделиться опытом. Допускается свободный диалог.

Следующая форма организации учебной деятельности – групповая. Индивидуальная форма – применяется постоянно. Школьники готовят доклады, рефераты, выступления, участвуют в различных конкурсах. Работают по индивидуальным заданиям с дидактическим материалом, проводят практическую

работу (наблюдения, опыты).

По окончании каждой темы проводятся: опрос, зачёт, защита рефератов

Данная программа может быть эффективно реализована во взаимосвязи учебно-информационного и методического обеспечения, что в целом обеспечивает результативность процесса обучения и воспитания, эффективность деятельности средствами информационно-коммуникационного сопровождения.

### **2.3 Форма аттестации и оценочные материалы**

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по программе осуществляется согласно календарному учебному графику.

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации:

- входной контроль проводится в форме тестирования с целью выявления возможностей обучающихся;
- текущий контроль успеваемости проводится по окончании изучения каждой темы учебного плана программы.

Методы контроля:

- наблюдение за качеством выполнения заданий обучающимися;
- срез теоретических знаний по темам программы (опрос);
- участие в выставочно-конкурсной деятельности.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится по окончании учебного года. Диагностика результатов проводится в форме тестирования и оценки выполнения контрольных заданий.

Итоговая аттестация обучающихся проводится по окончании обучения по программе.

Методы контроля:

- наблюдение за качеством выполнения заданий обучающимся;
- срез теоретических знаний по темам программы (устный опрос);
- контрольное выполнение заданий (итоговая выставка);
- участие в конкурсах различного уровня.

Показатели оценки результатов освоения программы:

- теоретическая подготовка обучающихся по программе (владение терминологией, знание основных предметных областей учебного плана программы);
- практическая подготовка обучающихся по программе;

- участие в образовательном процессе (посещение занятий).

## Список литературы

Перечень литературы для педагога и родителей:

1. Туризм и краеведение. Программы для системы дополнительного образования детей. Общая редакция -Константинов Ю.С. М.: ФЦДЮТиК, 2014.
2. Учебник спасателя, под общей редакцией Ю.Л. Воробьева Краснодар «Сов. Кубань»,2002.
3. Юные туристы–спасатели. Программы для дополнительного образования детей Дрогов И.А. М. ЦДЮТиК,2004.