

Принята
на заседании педагогического совета
МБОУ «ЦО – гимназия № 1»
(протокол № 1 от «30» августа 2021г.)

Утверждаю:
Директор МБОУ «ЦО – гимназия № 1»
Пономарев А.В.
Приказ № 66-ах от «30» августа 2021г.

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
в соответствии с ФГОС
МБОУ «ЦО – гимназия №1»
на 2021-2022 учебный год**

Направление: социальное

Курс: «Первая доврачебная помощь» (10-11 классы)

г.Тула

2021 год

Пояснительная записка

Данная рабочая программа курса внеурочной деятельности «Первая доврачебная помощь» предназначена для учащихся 10-11 классов МБОУ «ЦО-гимназии №1» г. Тулы.

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными и распорядительными документами:

- закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);
- приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 г. № 882/391 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;
- федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 №254 (с изменениями от 23.12.2020 г., приказ №766);
- примерная программа воспитания (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 2 июня 2020 г. № 2/20);
- стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р);
- примерные программы, одобренные решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию: начального общего образования (проток № 3/15 от 28.10.2015) основного общего образования (протокол № 1/20 от 04.02.2020), среднего общего образования (протокол № 2/16-з от 28. 6.2016)

Общая характеристика курса внеурочной деятельности

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.

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

Формы и режим занятий. Программный материал изучается в форме теоретических и практических занятий.

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.

Цели изучения курса

Цель программы:

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

Задачи:

- Дать понятие о методах первой доврачебной помощи
- Расширить и углубить знания о строении и функциях организма
- Оценивать жизненные ситуации с точки зрения безопасного образа жизни и сохранения здоровья
- Развитие профессионально важных качеств личности, характерных для профессий, связанных с медициной

Планируемые результаты освоения курса

Изучение программы обеспечивает достижение личностных и метапредметных и предметных результатов:

Личностные результаты:

- постепенное выстраивание собственного целостного мировоззрения;
- учиться признавать противоречивость и незавершённость своих взглядов на мир, возможность их изменения; учиться осознанно уточнять и корректировать свои взгляды и личностные позиции по мере расширения своего жизненного опыта;
- приобретать опыт участия в делах, приносящих пользу людям;
- учиться самостоятельно противостоять ситуациям, провоцирующим на поступки, которые угрожают безопасности и здоровью;
- знание основ здорового образа жизни и здоровье-сберегающих технологий;
- реализация установок здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

- самостоятельно ставить личностно-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.

Предметные результаты:

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
- Обучающиеся будут:
 - Классифицировать травмы в зависимости от воздействия внешних факторов
 - Классифицировать виды кровотечений, механических травм, ожогов, электротравм по признакам
 - Составлять алгоритм оказания первой помощи при кровотечении, ушибе, растяжении, ожоге, обморожении
 - Применять алгоритм оказания первой помощи на практических занятиях
 - Использовать подручные средства для оказания первой помощи
 - Составлять аптечку первой помощи
 - Оказывать само- и взаимопомощь в зависимости от конкретной ситуации

Место курса в учебном плане

Предмет «Первая доврачебная помощь» изучается на уровне среднего общего образования в качестве курса внеурочной деятельности в 10-11 классах. Программа рассчитана на 70 учебных часов в 10 классе и 68 часов в 11 классе (из расчёта 2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ

1. Введение

- 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

- понятие о кровотечениях и ранах
- понятие основных способов временной остановки наружных кровотечений

Раны и их виды, первая помощь. Кровотечения. Виды кровотечений и их характерные признаки. Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение кровоостанавливающего жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки; оказание первой помощи при носовом кровотечении.

Практические работы:

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

3. Переломы и вывихи

- 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:

– 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

– понятие о ожогах

– понятие о видах ожогов

– понятие о степенях ожогов

– понятие отморожения

– понятие первой помощи в зависимости от степени отморожения

Понятие ожог. Классификация и степени ожога. Способы

определения площади ожоговой поверхности и степени ожога.

Доврачебная помощь при термических и химических ожогах.

Понятие отморожения. Причины и факторы способствующие отморожениям.

Классификация отморожений. 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

– 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

– 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

- 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»

Учебно- тематический план

10 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Всего	В том числе	
			Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Введение	10	5	5
2.	Кровотечения и раны	20	10	10
3.	Переломы и вывихи	20	10	10
4.	Ожоги и отморожения	20	10	10
	Всего:	70	35	35

11 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Всего	В том числе	
			Теоретические занятия	Практические занятия
1.	Травмы головы, грудной клетки, живота. Транспортировка пострадавших	22	11	11
2.	Основы реанимационных мероприятий	22	11	11
3.	Техника наложения повязок	24	12	12
	Всего:	68	34	34

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для преподавателя:

1. Буянов В.М., Нестеренко Ю.А. Первая медицинская помощь: Учебник для учащихся медицинских училищ и колледжей. – М.: Медицина, 2000. – 222 с.
2. Величко В.Н., Цикулин А.Е. Основы доврачебной помощи. - М., 1996.
3. Куколевский Г.М. Здоровье и физическая культура /М.: МЕДИЦИНА, 2000
4. Мачулин Е.Г. Организация оказания медицинской помощи пострадавшим с травмам в чрезвычайной ситуации. – Мн., 2000.
5. Радионова О.М., Башкиров А.А. Первая доврачебная помощь /М.: РУДН, 2004.

Для обучающихся:

Основная литература

1. Соколова Н.П. Справочник медицинской сестры /Ростов - на - Дону: ФЕНИКС, 2001- 576с.
2. Обуховец Т.П., Склярова Т.А. Основы сестринского дела. Ростов н/Д: Феникс, 2004-512с.
3. 1.Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учебное пособие. Гайворонский И.В., Гайворонский А.И., Ничипрук Г.И., Виноградов С.В. Изд.: СпецЛит, 2009г.-303с.
4. 2. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие. М.. Берлин: Директ-Медиа. 2015. 97 стр.
5. 3. Основы медицинских знаний: учебное пособие. Гайворонский И.В., Гайворонский А.И., Ничипрук Г.И., Виноградов С.В. Изд.: СпецЛит, 2013г.-303с
6. 4. Кувшинов Ю. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие Кемерово

Дополнительная литература

7. 1. Основы первой медицинской помощи. А.Г.Трушкин, Н.Н. Гарлинов, В.М. Двуреченская, Д.А Токарев. Издательский центр «Март» Москва-Ростов- на Дону, 2005.
8. 2. Ген Е. Е.Основы медицинских знаний : учеб. для образоват. учреждений сред. проф. образования. -М. : Мастерство, 2002. -255 с.
9. 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие. Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботьялов М.А. Изд: Сибирское университетское издательство, 2010г. - 214с.
10. 4.Волокитина Т. В. Основы медицинских знаний : учеб. пособ. для вузов по направлению "Естественно-научное образование" - М. : Академия, 2008. - 223с.
11. 5.Артюнина Г.П. Основы медицинских знаний : здоровье, болезнь и образ жизни : учеб. пособие для пед. вузов.
12. 8. Артюнина Г.П. Основы медицинских знаний : здоровье, болезнь и образ жизни : учеб. пособие для пед. вузов. Псков. гос. пед. ун-т им. С.М. Кирова. - 2-е изд., перераб. - М. : Академический проект ; : Фонд "Мир", 2005. - 558 с.(
- 13.

Справочная:

1. Алтынов П.И. Краткий справочник школьника /М.: Дрофа, 2004/
2. Величенко В.М., Юмашева Г.С. Первая доврачебная помощь /М.: Медицина, 2006
3. Задворная О.Л., Гурьянова М.Х. Справочник медицинской сестры I-II том /М.: Новая Волна, 2004
4. Садикова Н.Б. Современный справочник медицинской сестры /Мн.: Современный литератор, 2004
5. Склярова Т.А., Дычало И.Н. Младшая медицинская сестра /Ростов - на - Дону: Феникс, 2004

Интернет-ресурсы

1. Медицинский портал. Травматизм, причины травматизма, <http://www.eurolab.ua/encyclopedia/traumatology/48535/>.
2. Сайт «Первая помощь». URL : <http://www.1st-aid.ru>.
3. Справочник по оказанию первой помощи (Школа Первой Помощи. Проект «Пространство безопасности»). URL : http://www.allsafety.ru/first_aid/index.htm.
4. Пособия по оказанию медицинской помощи. URL : <http://ihelpers.narod.ru/>
http://www.kchs.tomsk.gov.ru/med_pom.htm.
5. Научная электронная библиотека elibrary. URL : <http://elibrary.ru>.
6. ЭБС СибЮИ ФСКН России www.sibli.ru.
7. ЭБС znanium.com.