

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» (7-9 классы)

г.Тула

2021 год

Пояснительная записка

Данная рабочая программа курса внеурочной деятельности «Первая доврачебная помощь» предназначена для учащихся 7-9 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. Овладение 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 здоровьесберегающих 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

Курс внеурочной деятельности «Первая доврачебная помощь» изучается на уровне основного общего образования в 7-9 классах. Программа рассчитана на 70 учебных часов в 7-8 классах и 68 часов в 9 классе (из расчёта 2 часа в неделю).

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 ударе.

Первая помощь при утоплении, удушии.

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
7 класс	Тема 1. Понятие о здоровье, болезни, неотложных состояниях. Виды первой помощи. Определение физиологических показателей организма	10
1	Понятие о здоровье, болезни, неотложных состояниях. Виды первой помощи. Определение физиологических показателей организма (измерение артериального давления, пульса, частоты дыхания, температуры тела).	5
2	Здоровый образ жизни.	5
	Тема 2. Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях сердечно-сосудистой системы. Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной системы	20
3	Основные признаки неотложных состояний при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	5
4	Первая помощь при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: обморок, коллапс, шок, кома, гипертонический криз, приступ стенокардии, инфаркт миокарда.	5
5	Дыхательная система. Основные признаки неотложных состояний дыхательной системы Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной системы: круп, приступ бронхиальной астмы.	5
6	Решение ситуационных задач.	5
	Тема 3. Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях пищеварительной, выделительной систем	30
7	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.	6
8	Первая помощь при приступе почечной колики. Первая помощь при рвоте, желудочном кровотечении. Первая помощь при диабетической коме.	6
9	Аллергические реакции, судорожные состояния. Причины возникновения, признаки, первая помощь при возникновении крапивницы, отёка Квинке, анафилактического шока, сенной лихорадки.	6
10	Судорожные состояния. Причины возникновения, признаки, первая помощь при судорожных состояниях.	6
11	Первая помощь при истерическом, эпилептическом припадке.	6
	Тема 4. Первая доврачебная помощь при отравлениях.	10

	Наркомания, токсикомания, алкоголизм	
12	Первая помощь при острых пищевых, лекарственных, отравлениях, отравлениях препаратами бытовой химии. Техника промывания желудка, постановки клизм.	5
13	Наркомания, токсикомания, алкоголизм.	5
8 класс	Тема 5. Механические травмы. Первая доврачебная помощь	30
14	Механические травмы: ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, переломы, синдром длительного сдавления. Клиника, первая помощь, лечение.	5
15	Травмы головы. Первая помощь при сотрясении головного мозга. Первая помощь при переломах костей свода черепа.	5
16	Первая помощь при попадании инородного тела в глаза, уши, нос, дыхательные пути.	5
17	Травмы грудной клетки, живота, таза и позвоночника. Первая помощь при травмах и ранениях грудной клетки.	5
18	Первая помощь при травмах и ранениях живота. Первая помощь при повреждениях костей таза и позвоночника.	5
19	Отработка умений оказания помощи при травмах, наложении шин, транспортировки пострадавших.	5
	Тема 6. Термические, электрические поражения. Первая доврачебная помощь	10
20	Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом, солнечном ударах.	5
21	Первая помощь при утоплении, удушении.	5
	Тема 7. Кровотечения. Раны	10
22	Классификация, признаки кровотечений. Первая помощь при внутренних и наружных кровотечениях.	5
23	Раны. Понятие о ранах. Классификация ран. Признаки ран. Первая помощь при ранениях различных частей тела, укусах животными и насекомыми.	5
	Тема 8. Основы десмургии. Иммобилизация. Реанимация	20
24	Виды повязок. Способы наложения бинтовых повязок.	4
25	Иммобилизация. Способы и правила иммобилизации при переломах конечностей. Транспортировка больных и пострадавших в ЛПУ.	4
26	Реанимация. Терминальные состояния: агония, клиническая и биологическая смерть. Принципы и методы реанимации.	4
27	Отработка в парах и микрогруппах по отработке навыков наложения повязок.	4
28	Отработка в парах и микрогруппах по отработке навыков наложения повязок.	4
9 класс	Тема 9. Инфекционные болезни. Эпидемический процесс. Иммуитет. Календарь прививок. Воздушно-капельные инфекции. Кишечные инфекции	40
29	Инфекционные болезни. Эпидемический процесс. Иммуитет. Календарь прививок.	20
30	Воздушно-капельные инфекции: корь, скарлатина, дифтерия, ветряная оспа, паротит, коклюш, ОРЗ, грипп. Кишечные инфекции: холера, дизентерия, вирусный	20

	гепатит.	
	Тема 10. Инфекции, передаваемые половым путём. Паразитарные инфекции. Грибковые заболевания. Противоэпидемические мероприятия	28
31	Инфекции, передаваемые половым путём: сифилис, гонорея, гепатит, ВИЧ-инфекция.	14
32	Паразитарные инфекции: аскаридоз, энтеробиоз, педикулёз, чесотка.	14

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. Тен 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., Суботялов 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.