

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Спасская гимназия»
Спасского района Рязанской области
Центр цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста»

Рассмотрено на заседании
педагогического совета

протокол №2
О.Ю.
от 30 августа 2023 года

Согласовано
Зам.директора по УВР

 Савостикова Е.В.

30 августа 2023 года

Утверждено
Директор

 Веневцева

30 августа 2023 года



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа социальной направленности

«Первая помощь»

Возраст учащихся: 12-17 лет

Срок реализации – 1 год

Составитель: педагог дополнительного
образования Кунашова Г.Ю.

Г.Спасск-Рязанский

2023 г.

Программа «Первая помощь» имеет социально-педагогическую направленность: создаются условия для социальной практики обучающихся в их реальной жизни, накопления нравственного и практического опыта, предполагает ознакомительный уровень освоения.

Актуальность

Первая помощь - это комплекс мероприятий, направленных на восстановление или сохранение жизни и здоровья пострадавшего, осуществляемый немедицинскими работниками.

Несчастный случай, получение травмы может произойти в любой момент с каждым.

Очень часто в таких случаях рядом не оказывается медицинского работника. Именно поэтому знать правила оказания первой помощи пострадавшему необходимо всем. Особенно, детям в подростковом возрасте. Именно в этот период у них возникает много проблем, касающихся здоровья, связанных с возрастными особенностями, гиперреактивностью и тягой к риску, что зачастую приводит к травматизму.

Своевременно и правильно оказанная помощь поможет сохранить здоровье, а иногда и жизнь человека, подростка.

Новизна программы состоит в том, что она направлена на обучение подростка быстрому и грамотному принятию решения в трудных жизненных ситуациях, правильному и своевременному оказанию первой помощи, ориентирует на дальнейшие занятия по данному профилю.

Образовательная программа «Первая помощь» педагогически целесообразна. Она является важным компонентом, способствующим формированию гражданского сознания, толерантного отношения к людям, прививает навыки предпрофессиональной деятельности.

Цель программы: научить оказанию первой помощи.

Задачи программы Образовательные:

способствовать формированию умения:

- оказания первой помощи при переломах, кровотечениях, утоплении, обмороках, ожогах, отморожениях, тепловых и солнечных ударах, электротравмах.
- накладывать повязки;
- оказывать сердечно-легочную реанимацию;
- транспортировать пострадавших.

Развивающие

- развивать мыслительную деятельность: операции анализа и синтеза; обобщения и сравнения; абстрагирования и умозаключения, выявление главной мысли.
- развивать творческий и рациональный подход к решению поставленных задач.

Воспитывающие

- учить настойчивости, собранности, организованности, аккуратности.
- воспитывать бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих.
- формировать гражданскую позицию, воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности.

Метапредметные задачи: научить:

- самостоятельно определять цели обучения, ставить задачи;
- планировать, контролировать, оценивать свою работу и работу других учащихся, проводить рефлексию;
- анализировать этапы выполнения практической работы;
- вести диалог с педагогом в процессе совместной деятельности;
- свободно пользоваться различными способами поиска информации в справочных источниках, сети Интернет для решения поставленных задач

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью программы «Первая помощь» является то, что она даёт возможность обучающимся определиться в выборе профессии. Программа может быть как самостоятельной, так и одним из этапов комплексной программы.

Темы и количество часов могут меняться в зависимости от возраста обучающихся, уровня их знаний, а так же быстроты усвоения ими программного материала.

Сроки реализации программы

Программа реализуется в течение года. Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 часа. Всего 68 учебных часов.

Наполняемость групп – 5-10 человек. Возраст обучающихся с 12 до 17 лет.

При выборе форм и методов обучения учитываются возрастные особенности учащихся.

Формы и методы работы по программе

Основной формой является практическое занятие.

В программе используются следующие **методы проведения занятий**:

- словесные: устное изложение, беседа, объяснение, анализ ситуационной задачи;
- наглядные: показ видеоматериалов, иллюстраций, презентаций, показ педагогом приемов, наблюдение, работа по образцу;
- практические: тренировочные упражнения, тренинг и др.

Используются методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый.

Занятия по типу могут быть комбинированными, практическими, диагностическими, контрольными, тренировочными и др.

Особенностью программы является использование в ее реализации следующих **принципов**:

1. комплексный подход (осуществляется на занятиях через решение ситуационных задач):
 - процесс развития, образования, воспитание ребенка осуществляется комплексно;
 - данная программа включает комплекс разнообразных знаний, умений, навыков по оказанию первой помощи.
2. Последовательность усвоения учебного материала: от простого к сложному, от начальных знаний - к комплексу знаний, от умений – к навыкам и т.д.
3. Принципы индивидуального и дифференцированного подхода: учитывая индивидуальные особенности, интересы подростка, создаются благоприятные условия для развития каждого обучающегося.
4. Принцип ориентации на положительный пример, образец: ориентация конкретной деятельности на конкретный результат (высокий уровень).
5. Принцип динамичности, то есть постепенного обогащения, обновления средств, форм педагогической деятельности: постоянное движение вперед.

Прогнозируемый результат:

По окончании курса обучения учащиеся покажут следующие результаты:

Предметные результаты: учащиеся научатся:

- оказывать первую помощь при переломах, кровотечениях, утоплении, обмороках, ожогах, отморожениях, тепловых и солнечных ударах, электротравмах.
- оказывать сердечно-легочную реанимацию;
- изготавливать носилки;
- транспортировать пострадавших;
- накладывать косыночные повязки.

Личностные результаты:

Соблюдают:

- культуру общения и поведения на занятии

Продемонстрирует сформированность:

- волевых качеств: усидчивость, настойчивость, умение доводить начатое до конца;
- нравственных качеств: доброту, ответственность, справедливость, дружелюбие, чувство долга;
- творческий подход к решению поставленных задач;
- развитые социально значимые качества: трудолюбие, сосредоточенность, усидчивость, наблюдательность, целеустремленность;
- умение самостоятельно принимать решения и стремление к достижению более высоких и оригинальных результатов

Овладеют:

- навыками самостоятельности в процессе совместной деятельности;

Могут:

- обсудить и проанализировать свою работу.

Метапредметные результаты:

- проводят рефлексию, дают самооценку своей учебно-познавательной деятельности;

Умеют:

- самостоятельно определять цели обучения, ставить задачи;
- планировать, контролировать, оценивать свою работу, проводить рефлексию;
- рационально организовать самостоятельную практическую работу;
- свободно пользуются различными способами поиска информации в справочных

источниках, сети Интернет для решения поставленных задач

Система отслеживания

Отслеживание результатов по программе проводится в виде:

1. тестирования (на первом занятии). Отмечаются как вводная диагностика.
2. тестирования и решения ситуационной задачи на последнем занятии. Отмечаются как

итоговая диагностика.

В результате тестирования набираются баллы, которые переводятся в уровень.

Высокий уровень – **В.у.** – от 4,5 до 5 б

Базовый уровень – **Б.У.** – от 3,6 до 4,4 б

Минимальный уровень – **М.у.** – от 1 до 3,5 б

При решении ситуационной задачи набираются баллы, которые переводятся в уровень

Высокий уровень – **В.у.** – от 23 до 26 б

Базовый уровень – **Б.У.** – от 19 до 22 б

Минимальный уровень – **М.у.** – от 10 до 18 б

Результаты фиксируются в карте сводных данных диагностик.

Шкала оценки результатов тестового контроля

Содержание программы

Тема 1. Краткие сведения по анатомии и физиологии человека (2ч.)

Занятие №1. 1.Организм как единое целое. Понятие о клетках и тканях. Костномышечная система. Процессы, свойственные живому организму. Строение и функции клеток. Ткани. Работа кровеносной и нервной систем. Взаимное влияние органов, их строение и положение в организме. Входное тестирование.

Тема 2. Первая помощь (8ч.)

Занятие №1. Понятие о травме. Травма как анатомическое или физиологическое нарушение организма, вызванное воздействием внешнего фактора. Виды травм: механические, химические, биологические, психические.

Занятие №2. Раны. Типы ран: резаные, рубленые, колотые, ушибленные. Признаки ран.

Остановка кровотечения и защита ран от вторичного заражения.

Занятие №3. Виды кровотечений. Признаки кровотечений. Методы временной остановки крови. Раневая инфекция.

Практическая работа. Остановка небольших кровотечений с помощью давящих повязок.

Занятие №4. Асептика и антисептика. Правила наложения повязок. Типовые бинтовые и небинтовые повязки. Мероприятия, направленные на уничтожение микробов до их попадания в рану. Уничтожение микробов, уже находящихся в ране. Типы повязок: обыкновенные, укрепляющие, давящие, иммобилизирующие. Правила наложения повязок. Бинтовые повязки: круговая, спиральная, крестообразная.

Небинтовые повязки: пращевидная, косыночная, липкопластырная, герметизирующая.

Практическая работа. Оказание помощи при артериальных и венозных кровотечениях.

Тема 3.Ушибы и переломы (14ч.)

Занятие №1.Ушибы.

Признаки ушибов. Первая помощь при повреждении мягких тканей и кровеносных сосудов.

Уменьшение боли. Предупреждение развития шока.

Практическая работа. Оказание первой помощи при ушибах сосудов.

Занятие №2. Синдром сдавления. Причины синдрома сдавления. Признаки. Первая помощь.

Занятие №3. Вывихи. Признаки вывихов. Уменьшение болей и задержка развития отеков.

Занятие №4. Переломы. Переломы костей конечностей. Признаки переломов. Первая помощь при закрытых и открытых переломах. Шинные повязки и иммобилизация поврежденной конечности. Техники наложения шины. Использование косынки и перевязи. Меры оказания помощи при переломе нижней челюсти, ключицы, ребер.

Переломы позвоночника.

Практическая работа. Первая помощь при открытых переломах. Практическая работа.

Оказание помощи при переломе верхних и нижних конечностей.

Занятие №5. Черепно-мозговая травма. Сотрясения головного мозга. Первая помощь при переломе костей черепа. Перелом основания черепа.

Занятие №6. Травмы грудной клетки. Закрытые и открытые повреждения грудной клетки. Признаки повреждений. Первая помощь при проникающих ранениях груди.

Эвакуация больного в медицинское учреждение.

Практическая работа. Приемы помощи при травмах грудной клетки, черепа и позвоночника.

Занятие №7. Травмы живота. Закрытые и открытые травмы живота. Признаки. Направление первой медицинской помощи на обеспечение покоя и уменьшение возможного внутреннего кровотечения. Проникающие ранения живота. Первая помощь.

Тема 4. Первая помощь при термических и химических травмах (10 ч.)

Занятие №1. Ожоги. Виды ожогов: термические, химические, лучевые. Признаки. Первая помощь при ожогах. Обезболивание и транспортировка.

Занятие №2. Отморожения. Признаки отморожения. Условия, способствующие повреждениям, вызванным местным охлаждением тканей.

Практическая работа. Направленность первой помощи на прекращение действия патогенных факторов и обработка ран при ожогах и отморожениях.

Занятие №3. Тепловой удар. Причины, вызывающие тепловой удар. Признаки. Первая помощь при тепловом ударе.

Занятие №4 .Солнечный удар. Поражение центральной нервной системы в результате интенсивного или длительного действия прямых солнечных лучей. Признаки солнечного удара. Первая помощь и профилактика.

Практическая работа. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах.

Занятие №5. Электротравма. Источник электротравм. Факторы, влияющие на тяжесть поражения. Признаки электротравмы. Первая помощь при электротравме. Искусственное дыхание и закрытый массаж сердца при отсутствии признаков жизни. Транспортировка в лечебное учреждение.

Практическая работа. Оказание помощи при электротравме.

Тема 5. Состояния, непосредственно угрожающие жизни (10 ч.)

Занятие №1. Понятие о реанимации. Кратковременное нарушение дыхания и работы сердца. Продолжительность периода клинической смерти. Реанимация – ряд мероприятий, направленных на восстановление жизни больного.

Занятие №2. Нарушение легочного дыхания. Закупорка воздухоносных путей. Причины, нарушающие легочное дыхание: механические, аллергические, расстройства механизма дыхания, паралич дыхательных мышц, кровоизлияние в мозг, травма головы и повреждение нервов. Первая помощь при нарушении легочного дыхания.

Занятие №3. Искусственное дыхание. Методы искусственного дыхания. Техника выполнения искусственного дыхания по методам «рот в рот» и «рот в нос».

Практическая работа. Приемы искусственного дыхания.

Занятие №4. Остановка сердца. Причины остановки сердца. Признаки остановки сердца. Немедленная реанимация.

Занятие №5. Техника наружного массажа сердца. Последовательность действий при выполнении наружного массажа сердца. Восстановление самостоятельного устойчивого пульса и направление больного в лечебное учреждение. *Практическая работа. Техника наружного массажа сердца.*

Тема 6. Травматический шок (2ч.)

Занятие №1. Признаки травматического шока и меры оказания первой помощи. Ответная реакция организма на тяжелую механическую травму или ожог. Шок – спутник тяжелых транспортных травм. Факторы, способствующие шоку: охлаждение организма и начальная потеря крови. Голодание и жажда, переутомление и психические переживания, плохая иммобилизация, тряская перевозка и другие причины, ухудшающие общее состояние здоровья. Вторичное и первичное происхождение шока. Симптомы шока. Степени тяжести шока: легкая, средняя и тяжелая. Первая помощь при травматическом шоке.

Тема 7. Утопление (2ч.)

Занятие №1. Первая помощь при утоплении. Причины утопления. Отсутствие характерных признаков фаз защиты организма при утоплении. Извлечение пострадавшего из воды и его оживление. Порядок оказания первой помощи при утоплении. *Практическая работа.*

Порядок действий при оказании помощи утопающему.

Тема 8. Обмороки (2ч.)

Занятие №1. Первая помощь при обмороке. Кратковременная внезапная потеря памяти, обусловленная острым малокровием мозга. Предвестники обморока. Оказание первой помощи при нарушенном кровообращении.

Практическая работа. Первая помощь при кратковременной внезапной потере сознания.

Тема 9. Отравления (2ч.)

Занятие №1. Пищевые отравления. Причины, приводящие к пищевому отравлению.

Оказание первой помощи при пищевых отравлениях.

Практическая работа. Оказание первой помощи при отравлениях.

Тема 10. Борьба с утомлением (2ч.)

Занятие №1. Утомление, его причины. Продолжительность выполнения какой-либо работы длительное время, однообразии зрительного восприятия. Изменений условий мышечного и волевого тонуса.

Практическая работа. Первая помощь при утомлении.

Тема 11. Комплектование медицинской аптечки (2ч.)

Занятие №1. Необходимый перечень медицинских препаратов в аптечке. Расходная (для текущего пользования часть аптечки) и аварийная (для первой помощи при несчастных случаях) часть аптечки. Комплектование медицинской аптечки, исходя из возможной необходимости 1-2 дневного лечения больного.

Тема 12. Закрепление полученных знаний (2ч.)

Занятие №1. Обобщение знаний по курсу «Первая медицинская помощь». Зачет по пройденному курсу «Первая медицинская помощь». Последовательность действия при оказании первой медицинской помощи. Типичные повреждения. Излечение пострадавшего. Способы переноски пострадавшего. Принятие решений. Транспортировка больного в лечебное учреждение.

Тематический план

Тема, кол-во часов	Занятия по данной теме	Практические работы	Оборудование
Тема 1. Краткие сведения по анатомии и физиологии человека (12ч.)	1.Организм как единое целое. Понятие о клетках и тканях. Костно-мышечная система. 2.Органы дыхания. 3.Сердечно-сосудистая система. 4.Органы пищеварения и выделения.		- Компьютер -Видеопроектор -Экран
Тема 2. Первая помощь при травмах (8 ч.)	1.Понятие о травме 2.Раны. 3.Виды кровотечений. 4.Асептика и антисептика. Правила наложения повязок. Типовые бинтовые и небинтовые повязки.	1.Остановка небольших кровотечений с помощью давящих повязок. 2.Оказание помощи при артериальных и венозных кровотечениях.	- Компьютер -Видеопроектор -Экран - Набор имитаторов травм и поражений (Точка роста) - Воротник Шанца (Точка роста)
Тема 3. Ушибы и переломы (14 ч.)	1. Ушибы 2. Синдром сдавления. 3. Вывихи. 4. Переломы 5. Черепно-мозговая травма. 6. Травмы грудной клетки. 7. Травмы живота	1. Оказание первой помощи при ушибах. 2. Первая помощь при открытых переломах. 3. Оказание помощи при переломе верхних и нижних конечностей. 4. Приемы помощи при травмах грудной клетки, черепа и позвоночника.	- Компьютер -Видеопроектор -Экран - Набор имитаторов травм и поражений (Точка роста) - Воротник Шанца (Точка роста)
Тема 4. Первая помощь при термических и химических травмах (10 ч.)	1. Ожоги. 2. Отморожения. 3. Тепловой удар. 4. Солнечный удар. 5. Электротравма.	1. Направленность первой помощи на прекращение действия патогенных факторов и обработка ран при ожогах и отморожениях. 2. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах. 3. Оказание помощи при электротравме.	- Компьютер -Видеопроектор -Экран - Тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации (Точка роста)

Тема 5. Состояния, непосредственно угрожающие жизни (10 ч.)	1.Понятие о реанимации. 2.Нарушение легочного дыхания. 3.Искусственное дыхание. 4.Остановка сердца. 5.Техника наружного массажа сердца.	1. Приемы искусственного дыхания. 2.Техника наружного массажа сердца.	- Компьютер -Видеопроектор -Экран - Тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации (Точка роста) - Тренажёр-манекен для отработ. приемов удаления инор.тела из вер ДП (Точка роста)
Тема 6. Травматический шок (2ч.)	1.Признаки травматического шока и меры оказания первой помощи.		- Компьютер -Видеопроектор -Экран
Тема 7. Утопление (2 ч.)	1.Первая помощь при утоплении.	1. Порядок действий при оказании помощи утопающему.	- Компьютер -Видеопроектор -Экран - Тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации (Точка роста)
Тема 8.Обмороки (2 ч.)	1.Первая помощь при обмороке	1.Первая помощь при кратковременной внезапной потере сознания.	- Компьютер -Видеопроектор -Экран
Тема 9.Отравления (2ч.)	1.Пищевые отравления.	1.Оказание первой помощи при отравлениях.	- Компьютер -Видеопроектор -Экран
Тема 10. Борьба с утомлением (2 ч.)	1.Утомление, его причины	1. Первая помощь при утомлении.	- Компьютер -Видеопроектор -Экран
Тема 11. Комплектование медицинской аптечки (2ч.)	1.Необходимый перечень медицинских препаратов в аптечке.		- Компьютер -Видеопроектор -Экран
Тема 12.Закрепление полученных знаний (12ч.)	1.Обобщение знаний по курсу «Первая медицинская помощь».	1.Зачет по пройденному курсу «Первая медицинская помощь».	- Компьютер -Видеопроектор -Экран - Тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации (Точка роста) - Тренажёр-манекен для отработ. приемов удаления инор.тела из вер ДП (Точка роста)

			- Набор имитаторов травм и поражений (Точка роста) - Воротник Шанца (Точка роста)
Итого – 68 часа			

Методическое обеспечение программы

Для каждого занятия разработаны учебно-методические комплексы: план-конспект занятия, электронные презентации, учебные фильмы, дидактические карточки, иллюстрации, схемы, подобрана литература и т.д.

Разработаны критерии усвоения учащимися учебного материала по каждой теме программы.

Постоянно ведется работа по усовершенствованию программы, разрабатываются новые виды методических материалов, используются новые компьютерные технологии. Дидактический материал подбирается и систематизируется в соответствии с учебно-тематическим планом (по каждой теме), возрастными и психологическими особенностями детей, уровнем их развития и способностями.

Материальное обеспечение программы.

Кабинет Центра цифрового и гуманитарного профилей "Точка роста":

Оборудование:

- Тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации (Точка роста)
- Тренажёр-манекен для отработ. приемов удаления инор.тела из верхних ДП (Точка роста)
- Набор имитаторов травм и поражений (Точка роста)
- Воротник Шанца (Точка роста)
- Ноутбук (Точка роста)
- Набор шин (Точка роста)

Книжные источники:

1. Федюкович Н.И., «Основы медицинских знаний», учебное пособие для 10-11 кл., - Ростов н/д «Феникс», 2014г.
2. Ю.Л. Воробьев «Основы безопасности жизнедеятельности» М.: «Астрель-АСТ», 2002г.
3. П.А. Курцева «Медико-санитарная подготовка учащихся» М. «Просвещение», 1986 г,
4. «Медико-санитарная подготовка учащихся» под редакцией П. А.Курцева М.: «Просвещение» 2009г.

Интернет ресурсы:

1. <https://travmaoff.ru/perelom/kosynochnaya-povyazka.html>
2. https://www.youtube.com/watch?v=E4O9Z_36YYU
3. <https://www.youtube.com/watch?v=vJx8k6-vfEU>
4. <https://myfamilydoctor.ru/perelomy-vidy-perelomov-pervaya-pomoshh/>
5. <https://studfiles.net/preview/1608771/page:31/>