

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Петрозаводского городского округа
«Средняя общеобразовательная школа № 55»
(МОУ «Средняя школа №55»)**

РАССМОТРЕНО

Педагогический совет

Приказ №7
от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Ермоленко Р.Е.

Приказ №154
от «28» августа 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Основы первой помощи»
для обучающихся 5-6 классов**

Петрозаводск 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Основы первой помощи» является дополнительной общеразвивающей программой естественно-научной направленности.

Уровень программы - базовый.

В Российской Федерации оказание экстренной медицинской помощи пострадавшим производится службой скорой помощи. Однако, в силу различных причин, время прибытия специалистов в городах составляет 15–20 минут, а в сельской местности значительно больше. Именно в этот промежуток времени определяется судьба большинства пострадавших. Грамотное оказание первой помощи людьми, оказавшимися рядом, способно минимизировать осложнения травм и поддержать жизнь пострадавшего до прибытия скорой медицинской помощи.

В настоящее время государство стало уделять активное внимание налаживанию системы обучения оказания первой помощи. При поддержке Российского фонда Фундаментальных исследований создан сайт «Все о первой помощи» <http://allfirstaid.ru/>. Обучение основам первой помощи включено в курс «Основы безопасности жизнедеятельности» (стандарт основного общего образования), но количество часов на изучение предмета для получения необходимых практических навыков недостаточно.

В сложившихся условиях для нас представляется целесообразным и логичным введение программ по обучению первой помощи в систему дополнительного образования. Имеются готовые площадки для проведения теоретических и практических занятий, не требуются дополнительные затраты на оплату специалистов, систематическое повышение квалификации преподавателей возможно при центрах, имеющих государственную сертификацию на обучение в системе повышения квалификации.

Готовность к обучению первой помощи, по нашему опыту, возникает в возрасте 12-17 лет. В этом же возрасте формируются взгляды на мир в целом, система убеждений, выражающих отношение человека к миру. Реальная практическая возможность добровольно оказывать помощь людям способствуют становлению позитивного мировоззрения. Предлагая молодым людям возможность проявить себя в социально-значимой деятельности и увидеть практические результаты их действий, мы помогаем им в определении ценностной ориентации, позиционировании как социально активных, неравнодушных граждан своей страны. Программа «Первая помощь. Кадеты МЧС» составлена на основе приказа Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 4 мая 2012 г. N 477н г. Москва "Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи"

В рамках реализации образовательных модулей программы обучающиеся получают базовые знания и умения по основным темам первой помощи.

В ходе реализации программы делается акцент на осознание молодым человеком важности знаний и умений по первой помощи, мотивации его готовности помощи людям, наработке практических навыков, обучение способам и методикам передачи знаний о первой помощи другим людям, обучение волонтерству.

Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что Программа реализуется с упором на практическое применение полученных теоретических знаний.

Образовательной целью программы является обучение молодых людей в возрасте от 12-17 лет знаниям и умениям, необходимым для оказания необходимой первой помощи пострадавшим на месте происшествия, а также навыкам самопомощи.

Воспитательной целью программы является содействие формированию молодых граждан, готовых добровольно и активно применять имеющиеся знания и навыки в ситуациях, требующих грамотных практических действий для облегчения состояния или спасения жизни пострадавшего, а также транслировать свои знания другим людям.

Также программа способствует формированию духовно - нравственных качеств личности детей и подростков и решению социальных проблем местного сообщества.

Задачи программы

Обучить:

- безопасно для себя и пострадавшего оказывать первую помощь;
- на месте определять состояние пострадавшего и понимать алгоритм действий в зависимости от характера повреждений или состояния пострадавшего; □ правильному взаимодействию со специалистами специальных служб;
- владеть навыками экстренного перемещения пострадавшего и определять её необходимость;
- оказанию психологической поддержки пострадавшему;
- готовности к действиям в экстремальных ситуациях;

Воспитать готовность к безопасному оказанию первой помощи нуждающимся, и уметь обучить этому других людей.

Ожидаемые результаты

Образовательный блок

Участники программы:

- получили знания по первой помощи;
- овладели практическими навыками оказания первой помощи пострадавшим при различных травмах и состояниях;
- актуализировали знания по первой помощи.

Воспитательный блок

Участники программы:

- готовы к альтруистической деятельности в сфере оказания первой помощи пострадавшим;
- открыты к сотрудничеству;
- понимают свою значимость и осознанно несут ответственность за свои действия, направленные на достижение результата.

Методы оценки уровня освоения программного материала

1. Итоговое занятие: тестирование, решение итоговых ситуационных задач, зачетная работа — практика на манекенах.

2. Итоговые мероприятия: организация и проведение зачетного занятия, участие в соревнованиях и конкурсах.

Особенности организации образовательного процесса

Программа предусматривает различные виды и формы образовательной деятельности: изучение теории, отработка практических навыков на манекенах, практическое решение ситуационных задач, тренинги по оказанию помощи.

Состав группы

Занятия проходят в группах по 15 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Режим занятий — 1 раз в неделю. Продолжительность учебного часа — 40 минут.

Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Теория	Практика	Всего часов	Форма контроля
1.	Нормативно-правовые основы оказания первой помощи.	2	-	2	Текущий
2.	Общие принципы оказания первой помощи.	6	-	6	Текущий
3.	Основы анатомии и физиологии человека.	8	4	12	Текущий
4.	Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего	4	6	10	Текущий
5.	Аптечка первой помощи. Средства первой помощи. Соблюдение личной безопасности.	4	6	10	Текущий
6.	Положение пострадавшего при различных травмах и состояниях. Перемещение пострадавшего.	4	6	8	Зачет по практическим навыкам
7.	Сердечно-легочная реанимация. Особенности СЛР при электротравме и утоплении. Первая помощь при обструкции верхних дыхательных путей.	6	10	12	Зачет с применением манекена
8.	Кровотечения. Травматический шок.	6	10	12	Промежуточный тестконтроль
9.	Первая помощь при ранениях. Повязки, правила наложения.	6	10	12	Зачет по практическим навыкам
10.	Первая помощь при травмах опорно-двигательной системы.	2	10	2	Текущий

11.	Термические травмы. Первая помощь.	4	4	2	Промежуточный тест-контроль. Наложение термоизолирующей повязки.
12.	Первая помощь при острых отравлениях.	2	4	2	Промежуточный тест-контроль
13.	Порядок оказания первой помощи при неотложных состояниях.	2	4	2	Промежуточный тест-контроль
14.	Решение ситуационных задач.	2	4	2	Практическое решение ситуационных задач
ИТОГО:				102	

Содержание учебно-тематического планирования

Тема 1. Нормативно-правовые основы оказания первой помощи.

Теория: Понятие первой помощи. Права и обязанности участников оказания первой помощи

Практика: Тест: допустимые действия при оказании первой помощи пострадавшим

Тема 2. Общие принципы оказания первой помощи.

Теория: Оценка обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи (определение угрожающих факторов для собственной жизни и здоровья, и угрожающих факторов для пострадавшего, устранение угрожающих факторов, оценка количества пострадавших, перемещение пострадавшего).

Номера телефонов и порядок вызова скорой помощи. Передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи другим специальным службам.

Практика: Тренинги: «Вызов СМП», «Разговор с диспетчером», «112 на линии»

Тема 3. Основы анатомии и физиологии человека.

Теория: Клетка, ткань, орган. Биологические жидкости. Системы органов, их топография. Понятие о кругах кровообращения. Физиологические нормы частоты сердечных сокращений и частоты дыхания в зависимости от возраста. Артериальное давление. Полые и паренхиматозные органы.

Практика: Тренинги: «Сердечно-сосудистая система», «Костно-мышечная система», «Нервная система», «Внутренние органы»

Тема 4. Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего

Теория: Обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений;

Подробный осмотр пострадавшего в целях выявления травм, отравлений и других состояний. Последовательность осмотра (голова, шея и шейный отдел позвоночника, грудь, живот и таз, конечности, грудной и поясничный отдел позвоночника). Основные критерии оценки нарушения сознания, дыхания (частоты), кровообращения. Определение пульса на лучевой и сонной артериях.

Определение точек пульсации артерий: височной, подчелюстной, сонной, подключичной, подмышечной, плечевой, бедренной. Оценка пульса. Контроль состояния пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение).

Практика: Обзорный осмотр на наличие кровотечений. Порядок проведения подробного осмотра. Определение пульса на лучевой и сонной артериях. Определение точек пальцевого прижатия артерий и техника прижатия.

Тема 5. Аптечка первой помощи. Средства первой помощи. Соблюдение личной безопасности.

Теория: Состав аптечки (Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ № 169н от 05.03. 2011 г.). Складные картонные шины. Использование подручных средств для оказания первой помощи. Профилактика инфекций, передающихся с кровью и биологическими жидкостями. *Практика:* Тренинг «Собери аптечку»

Тема 6. Положение пострадавшего при различных травмах и состояниях. Перемещение пострадавшего.

Теория: Оценка необходимости извлечения пострадавшего из автомобиля. Наложение шейного воротника. Способы извлечения. Снятие мотоциклетного шлема. Придание пострадавшему оптимального положения тела в зависимости от травмы или состояния. Оценка необходимости транспортировки пострадавших. Оптимальные положения положения («возвышенное», «полусидя», «противошоковое», «стабильно-боковое», положения при кровопотере, при травмах головы, груди, живота, костей таза, позвоночника (в сознании, без сознания). Экстренная перемещение пострадавшего.

Практика: Извлечение пострадавшего из автомобиля. Наложение шейного воротника. Снятие мотоциклетного шлема. Придание пострадавшему оптимального положения тела в зависимости от травмы или состояния. Оптимальные положения положения («возвышенное», «полусидя», «противошоковое», «стабильно-боковое», положения при кровопотере, при травмах головы, груди, живота, костей таза, позвоночника (в сознании, без сознания). Способы экстренного перемещения пострадавшего.

Тема 7. Сердечно-легочная реанимация. Особенности СЛР при электротравме и утоплении. Первая помощь при обструкции верхних дыхательных путей.

Теория: Понятие внезапной смерти. Способы определения сознания, дыхания, кровообращения.

Понятие о сердечно-легочной реанимации. Показания к проведению. Восстановление и поддержание проходимости верхних дыхательных путей. Непрямой массаж сердца и искусственное дыхание. Базовый реанимационный комплекс (в соответствии с «Методическими рекомендациями по проведению сердечно-легочной реанимации» Европейского Совета по реанимации 2021 г. д

Инородные тела верхних дыхательных путей. Полная и частичная обструкция. Способ Геймлиха. Особенности применения у детей до пяти лет, тучных людей и беременных женщин.

Практика: Способы определения сознания, дыхания, кровообращения.

Восстановление и поддержание проходимости верхних дыхательных путей. Непрямой массаж сердца и искусственное дыхание. Базовая СЛР.

Алгоритм действий при обструкции верхних дыхательных путей. Прием Геймлиха. Особенности применения у детей до пяти лет, тучных людей и беременных женщин.

Тема 8. Кровотечения. Понятие травматического шока.

Теория: Кровотечение и острая кровопотеря. Виды кровотечений (наружное, внутреннее, артериальное, венозное, капиллярное, смешанное, паренхиматозное). Оценка кровопотери. Способы остановки кровотечений. Остановка артериального кровотечения (прямое давление на рану, давящая повязка, пальцевое прижатие, максимальное сгибание конечности, наложение жгута). Особенности кровотечений при ранении шеи. Остановка носового кровотечения. Понятие о травматическом шоке. Противошоковые мероприятия (физиологически выгодное положение, остановка кровотечения, иммобилизация, охлаждение места травмы, противошоковое положение, общее согревание пострадавшего, психологическая поддержка).

Практика: Остановка артериального кровотечения (прямое давление на рану, давящая повязка, пальцевое прижатие, максимальное сгибание конечности, наложение жгута). Остановка кровотечений при ранении шеи. Остановка носового кровотечения. Противошоковые мероприятия.

Тема 9. Первая помощь при ранениях. Повязки, правила наложения.

Теория: Ранения. Виды ран. Осложнения ранений. Обработка раны и кожи вокруг раны. Наложение повязок при травмах различных областей тела. Фиксация инородного тела в ране. Особенности ранений волосистой части головы. Особенности первой помощи при травмах лица, глаз, ушей, носа. Черепно-мозговая травма.

Острая дыхательная недостаточность. Открытая травма груди. Наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки.

Закрытая и открытая травма живота.

Практика: Обработка раны и кожи вокруг раны. Наложение повязок при травмах различных областей тела. Фиксация инородного тела в ране. Наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки.

Тема 10. Первая помощь при травмах опорно-двигательной системы.

Теория: Ушибы, вывихи, растяжения, переломы открытые и закрытые. Основные признаки. Достоверные признаки переломов. Осложнения переломов. Повязка Дезо. Основные проявления травмы шейного, грудного, поясничного отделов (с повреждением или без повреждения спинного мозга). Фиксация шейного отдела позвоночника. Проведение иммобилизации (с использованием изделий медицинского назначения, с помощью подручных средств, аутоиммобилизация). Приемы фиксации костей таза.

Практика: Фиксация шейного отдела позвоночника. Проведение иммобилизации (с использованием изделий медицинского назначения, с помощью подручных средств, аутоиммобилизация). Приемы фиксации костей таза.

Тема 11. Термические травмы. Первая помощь.

Теория: Термические ожоги. Глубина и площадь поражения. Ожоговый шок. Ожог верхних дыхательных путей.

Отравление угарным газом и продуктами горения.

перегревание. Осложнения

Химические ожоги. Удаление с поврежденной поверхности и промывание поврежденной поверхности проточной водой. Особенности ожогов фенолом и негашеной известью.

переохлаждение. Порядок оказания первой помощи. Способы согревания. Отморожение, особенности отморожений. Теплоизолирующая повязка. Термоупаковка пострадавшего.

Практика: Решение ситуационных задач. Теплоизолирующая повязка. Термоупаковка пострадавшего.

Тема 12. Первая помощь при острых отравлениях.

Теория: Отравления. Пути попадания ядов в организм. Прекращение воздействия опасных химических веществ на пострадавшего. Промывание желудка путем приема воды и вызывания рвоты. *Практика:* Решение ситуационных задач.

Тема 13. Порядок оказания первой помощи при неотложных состояниях.

Теория: Острый живот. Судорожный синдром. Инсульт. Приступы удушья. Острый сердечный приступ. Сахарный диабет. *Практика:* Решение ситуационных задач.

Тема 14. Решение ситуационных задач.

Теория: Технология решения ситуационных задач: виды ситуационных задач, последовательность действий.

Практика: Решение комбинированных ситуационных задач.

Методическое обеспечение программы

Методики Для организации образовательного процесса используются:

- мультимедийные презентации — авторские и образовательно-методического центра «Пермская краевая школа медицины катастроф» ГКУЗ «Пермский краевой центр ТЦМК», педагогов МОУ ДО «ДЮЦ»
- учебные фильмы,
- Л.И. Субботин, В.Г. Авдеева, Т.Г. Петий, Первая помощь. – Образовательнометодический центр «Пермская краевая школа медицины катастроф» ГКУЗ «Пермский краевой центр ТЦМК», Пермь, 2012.
- Материалы сайта «Все о первой помощи»

Список литературы

1. ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации" N 323-ФЗ от 21.11.2011 (Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 4 мая 2012 г. N 477н об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи).

2. Гражданский кодекс Российской Федерации N 51-ФЗ от 30.11.1994, часть 2, редакция от 17.07.2010

3. Уголовный кодекс Российской Федерации N 63-ФЗ от 13.06.1996, редакция от 01.07.2010

4. Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях N 195-ФЗ от 30.12.2001, редакция от 27.07.2010

Федеральный закон «О гражданской обороне» N 28-ФЗ от 12.02.1998, редакция от 27.07.2010
Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» N 196-ФЗ от 10.12.1995, редакция от 23.07.2010

5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 18 июня 2010 г. N 636 "Об утверждении Примерных программ подготовки водителей транспортных средств различных категорий"

6. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 4 мая 2012 г. N 477н г. Москва «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи», Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 7 ноября 2012 г. N 586н г. Москва "О внесении изменения в приложение N 2 к приказу Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 4 мая 2012 г. N 477н "Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи". [Приказ Министерства здравоохранения РФ от 15 декабря 2020 г. № 1331н «Об утверждении требований к комплектации медицинскими изделиями аптечки для оказания первой помощи работникам»](#)"

7. Методические рекомендации по проведению сердечно-легочной реанимации” Учебнометодическое пособие (утверждено на заседании Ученого Совета НИИ ОР РАМН 22 марта 2011 г. (Протокол №4) и согласовано с Секретариатом Европейского Совета по реанимации (Copyright European Resuscitation Council – www.erc.edu – 2010/0034).

8. Андреева Т.М.» Травматизм в Российской федерации на основе данных статистики» ФГУ

«ЦИТО им. Н.Н. Приорова Росмедтехнологий»

Электронный научный журнал Социальные аспекты здоровья населения.

9. Субботин Л.И., Авдеева В.Г., Петий Т.Г.Первая помощь. Учебно-методическое пособие.