

Муниципальное образование Тимашевский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 3
имени Героя Советского Союза Ситника Григория Степановича
муниципального образования Тимашевский район

Центр образования цифрового и гуманитарного профилей
«Точка роста»

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета
от 30 августа 2019 года протокол № 1

Председатель _____ Т.П. Волошина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ
«ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ»**

Уровень программы: *ознакомительный*

Срок реализации программы: 1 год-34 часа

Возрастная категория: (12-18 лет)

Форма обучения: *очная*

Вид программы: *модифицированная*

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в навигаторе: _____

Автор –составитель:

Казмирчук Сергей Петрович

преподаватель- организатор ОБЖ

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

Данная программа дополнительного образования предназначена для обучающихся в возрасте 12-18 лет, рассчитана на 34 часа. Преподавание курса «Основы знаний первой доврачебной помощи и здорового образа жизни» для учащихся как дополнительного образования обусловлено многими причинами. Ежегодные медицинские осмотры школьников свидетельствуют о том, что у многих из них есть комплекс заболеваний. Это и нарушение зрения, осанки, сколиоз, нервно-психические расстройства, отравления. Подростки рано начинают курить, употреблять спиртные напитки, что приводит к серьезным последствиям. Для решения этих проблем важным является профилактическое направление в отношении здоровья населения и в первую очередь детей и подростков. Поэтому приоритетным направлением при обучении является формирование принципов здорового образа жизни.

Обучающиеся должны иметь соответствующие знания и практические навыки по оказанию первой медицинской помощи человеку, находящемуся в чрезвычайной ситуации, уметь оказывать само и взаимопомощь при различных травмах и неотложных состояниях.

Цель программы:

- Формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к сохранению и укреплению здоровья на основе принципов здорового образа жизни;
- Приобретение навыков распознавания неотложных состояний и умений оказывать первую доврачебную помощь;

Реализация цели предусматривает решение следующих задач :

- Заинтересовать и направить обучающихся на ведение здорового образа жизни, борьбу с вредными привычками.
- Познакомить обучающихся со строением и основными функциями человеческого организма.
- Познакомить обучающихся с различными видами травм и неотложных состояний.
- Научить приемам оказания первой доврачебной помощи при закрытых и открытых травмах.
- Обучить методам оказания реанимационной помощи.

- Сформировать тактику поведения в стрессовой ситуации, способствующую сохранению жизни и здоровья.

Программа включает тематический план, перечень знаний и умений, формируемых у обучающихся, содержание теоретического и практического обучения, список учебной литературы, учебно-наглядных и технических средств обучения.

Содержание программы разработано с учетом имеющихся у обучающихся знаний по биологии, гигиене и санитарии, физике, химии и другим предметам.

Важнейшим условием сохранения здоровья является учет возможности заболеваний и травм, необходимости оказания само и взаимопомощи. В процессе обучения обучающиеся знакомятся с медицинскими и подручными средствами оказания первой помощи, изучают различные виды травм, их признаки и правила оказания первой помощи.

В конце учебного года проводится итоговое занятие, позволяющее выявить уровень медицинской подготовки каждого обучающегося.

Личностные результаты:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищённых жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью.

Метапредметными результатами:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно – следственные связи опасных ситуаций и их влияния на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

- Оказывать первую медицинскую помощь в различных бытовых и чрезвычайных ситуациях.
- Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни.

Во время обучения правилам и действиям по оказанию первой помощи при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью, они получают следующие знания:

- общие положения, касающиеся первой помощи и основные понятия, ее определяющие, в том числе основные функции государства по организации и обеспечению оказания первой помощи, права и обязанности граждан в отношении оказания первой помощи;
- перечень состояний, требующих оказания первой помощи) перечень основных мероприятий первой помощи и последовательность их выполнения;
- способы оценки состояния жизненных функций пострадавших детей и правила проведения базовой сердечно-легочной реанимации;
- основы первой помощи при кровотечениях, переломах, вывихах, ранениях, ожогах, отморожениях и других неотложных состояниях;
- придание оптимального положения тела, правила переноски и эвакуации детей при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью.

Содержание программы

Учебный план

Раздел I. Первая медицинская помощь

Тема 1 . Понятие о здоровье, болезни, неотложных состояниях. Виды первой помощи. Определение физиологических показателей организма (2 ч). 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 (4ч).

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 (5ч).

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 (2ч).

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 (6ч). 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 (2ч).

Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом, солнечном ударах.

Первая помощь при утоплении, удушении. Интерактивная форма: решение ситуационных задач.

Тема 7. Кровотечения. Раны (2ч).

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 (5ч).

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 (2ч). 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 (3ч).

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.

Зачет (1ч).

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

Календарно учебный график

№	Тема занятия	Часы
Раздел 1	Тема 1. Понятие о здоровье, болезни, неотложных состояниях. Виды первой помощи. Определение физиологических показателей организма	
1	Определение физиологических показателей организма (измерение артериального давления, пульса, частоты дыхания, температуры тела).	1
2	Здоровый образ жизни.	1
	Тема 2. Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях сердечно-сосудистой системы. Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной системы	
3	Основные признаки неотложных состояний при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	1
4	Первая помощь при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: обморок, коллапс, шок, кома, гипертонический криз, приступ стенокардии, инфаркт миокарда.	1
5	Дыхательная система. Основные признаки неотложных состояний дыхательной системы Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной	1

	системы: круп, приступ бронхиальной астмы.	
6	Решение ситуационных задач.	1
	Тема 3. Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях пищеварительной, выделительной систем	
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.	1
8	Первая помощь при приступе почечной колики. Первая помощь при рвоте, желудочном кровотечении. Первая помощь при диабетической коме.	1
9	Аллергические реакции, судорожные состояния. Причины возникновения, признаки, первая помощь при возникновении крапивницы, отёка Квинке, анафилактического шока, сенной лихорадки.	1
10	Судорожные состояния. Причины возникновения, признаки, первая помощь при судорожных состояниях.	1
11	Первая помощь при истерическом, эпилептическом припадке.	1
	Тема 4. Первая доврачебная помощь при отравлениях. Наркомания, токсикомания, алкоголизм	
12	Первая помощь при острых пищевых, лекарственных, отравлениях, отравлениях препаратами бытовой химии. Техника промывания желудка, постановки клизм.	1
13	Наркомания, токсикомания, алкоголизм.	1
Раздел 2	Тема 5. Механические травмы. Первая доврачебная помощь	
14	Механические травмы: ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, переломы, синдром длительного сдавления. Клиника, первая помощь, лечение.	1
15	Травмы головы. Первая помощь при сотрясении головного мозга. Первая помощь при переломах костей свода черепа.	1
16	Первая помощь при попадании инородного тела в глаза, уши, нос,	1

	дыхательные пути.	
17	Травмы грудной клетки, живота, таза и позвоночника. Первая помощь при травмах и ранениях грудной клетки.	1
18	Первая помощь при травмах и ранениях живота. Первая помощь при повреждениях костей таза и позвоночника.	1
19	Отработка умений оказания помощи при травмах, наложении шин, транспортировки пострадавших.	1
	Тема 6. Термические, электрические поражения. Первая доврачебная помощь	
20	Первая помощь при ожогах, отморожениях, тепловом, солнечном ударах.	1
21	Первая помощь при утоплении, удушении.	1
	Тема 7. Кровотечения. Раны	
22	Классификация, признаки кровотечений. Первая помощь при внутренних и наружных кровотечениях.	1
23	Раны. Понятие о ранах. Классификация ран. Признаки ран. Первая помощь при ранениях различных частей тела, укусах животными и насекомыми.	1
	Тема 8. Основы десмургии. Иммобилизация. Реанимация	
24	Виды повязок. Способы наложения бинтовых повязок.	1
25	Иммобилизация. Способы и правила иммобилизации при переломах конечностей. Транспортировка больных и пострадавших в ЛПУ.	1
26	Реанимация. Терминальные состояния: агония, клиническая и биологическая смерть. Принципы и методы реанимации.	1
27	Отработка в парах и микрогруппах по отработке навыков наложения повязок.	1
28	Отработка в парах и микрогруппах по отработке навыков наложения повязок.	1
Раздел 3	Тема 9. Инфекционные болезни. Эпидемический процесс. Иммунитет. Календарь прививок. Воздушно-капельные	

	инфекции. Кишечные инфекции	
29	Инфекционные болезни. Эпидемический процесс. Иммуитет. Календарь прививок.	1
30	Воздушно-капельные инфекции: корь, скарлатина, дифтерия, ветряная оспа, паротит, коклюш, ОРЗ, грипп. Кишечные инфекции: холера, дизентерия, вирусный гепатит.	1
	Тема 10. Инфекции, передаваемые половым путём. Паразитарные инфекции. Грибковые заболевания. Противоэпидемические мероприятия	
31	Инфекции, передаваемые половым путём: сифилис, гонорея, гепатит, ВИЧ-инфекция.	1
32	Паразитарные инфекции: аскаридоз, энтеробиоз, педикулёз, чесотка.	1
33	Экскурсия в музей Гигиены.	1
34	Зачет	1

Условия реализации программы

Материально - техническое обеспечение: помещение для занятий соответствует требованиям СанПиН 2.4.3172 - 14, в помещении находятся стандартные учебные столы и стулья, соответствующие ростовой группе, стол и стул для педагога, демонстрационный стол для манекенов, учебная доска, книжные шкафы для хранения дидактических пособий и учебных материалов.

Оборудование, необходимое для работы:

1. Индивидуальные медицинские комплекты,
2. Тренажер-манекен для отработки сердечно-легочной реанимации,
3. Тренажер-манекен для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей,
4. Набор имитаторов травм и поражений,
5. Компьютерная техника для демонстрации учебных видеофильмов.

Информационное обеспечение: видео-, интернет источники

Кадровое обеспечение. Педагог дополнительного образования с высшим профессиональным или средним профессиональным образованием по направлению подготовки «Образование и педагогика» или в области, соответствующей преподаваемому предмету, либо высшее профессиональное или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению деятельности в образовательной организации. Требования к опыту практической работы не предъявляются. Необходимые умения: владеть формами и методами обучения;

использовать и апробировать специальные подходы к обучению в целях включения в образовательный процесс всех обучающихся, в том числе одаренных обучающихся и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья; организовывать различные виды внеурочной деятельности: игровую, культурно - досуговую, учебно - исследовательскую; регулировать поведение обучающихся для обеспечения безопасной образовательной среды; реализовать современные формы и методы воспитательной работы, ставить воспитательные цели, способствующие развитию обучающихся, независимо от их способностей; общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их. Необходимые знания: преподаваемый предмет; основные закономерности возрастного развития; основные методики преподавания, виды и приемы современных педагогических технологий; пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов обучения.

Формы аттестации

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Первая помощь" предусматривает следующие виды контроля: начальный или входящий, текущий и итоговый.

Первоначальный контроль для определения уровня развития учащегося производится при поступлении в объединение, когда проводится первичное собеседование.

Мониторинг роста уровня обученности учащегося проводится по прохождении программы (итоговая аттестация). Результативность образовательной деятельности определяется способностью обучающихся на каждом этапе расширять круг знаний, приумножать умения и совершенствовать практические навыки.

Формы, методы контроля и оценки результатов усвоения программы предполагают

при текущем контроле:

- педагогическое наблюдение - при выполнении практических работ обучающихся;

- опрос, самостоятельная работа,

- педагогический мониторинг - практическое задание (применение полученных навыков в ситуационных задачах), ведение журнала посещаемости;

при итоговой аттестации:

- подбор овладение навыками оказания первой помощи.

Техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;

- соблюдение требований к культуре речи;

- применение правил активного слушания.

Форма контроля выполнения практических работ.

Выполненную практическую работу учащийся защищает на оценку в

устной форме.

Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется, если задания практической работы выполнены без ошибок;
- оценка «хорошо» выставляется, если задания практической работы выполнены с незначительными нарушениями;
- оценка «удовлетворительно» выставляется, если задания практической работы выполнены не в полном объеме или с помощью педагога

Структура практического занятия:

1. Оргмомент (2 мин.)
Сообщение темы и цели занятия (3 мин.)
2. Изучение нового материала (15 мин.)
3. Пробные упражнения (5 мин.)
4. Выполнение практического задания (20 мин.)
5. Подведение итогов (5 мин.)

Структура комбинированного занятия:

1. Оргмомент (2 мин.)
Проверка ранее усвоенных знаний, умений (фронтальная беседа, устный опрос) (5 мин.)
2. Мотивация учения, тема занятия, задачи (2 мин.).
осмысление, усвоение нового материала (15 мин.)
Упражнения по образцам (5 мин.)
Самостоятельная работа (10 мин.)
Подведение итогов (5 мин.)
3. Домашнее задание (2 мин.)

Список используемой литературы

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.
2. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие. М.. Берлин: Директ-Медиа. 2015. 97 стр.
3. Основы медицинских знаний: учебное пособие. Гайворонский И.В., Гайворонский А.И., Ничипрук Г.И., Виноградов С.В. Изд.: СпецЛит, 2013г.-303с

4. Кувшинов Ю. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие Кемерово

Дополнительная литература

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.

2. Тен Е. Е.Основы медицинских знаний : учеб. для образоват. учреждений сред. проф. образования. -М. : Мастерство, 2002. -255 с.

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.

4.Волокитина Т. В. Основы медицинских знаний : учеб.пособ. для вузов по направлению "Естественно-научное образование" - М. : Академия, 2008. - 223с.

5.Артюнина Г.П. Основы медицинских знаний : здоровье, болезнь и образ жизни : учеб.пособие для пед. вузов.

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.(