Частное учреждение средняя общеобразовательная школа «Экстерн плюс»
Московская область, г.о. Истра, п. Огниково
Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Направленность социально-гуманитарная
«Оказание первой помощи»

Пояснительная записка

В школе реализуются дополнительные общеразвивающие программы социально-гуманитарной направленности. Образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам должна быть направлена на:

- обеспечение духовно-нравственного,
- гражданско-патриотического воспитания обучающихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в физическом совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию свободного времени обучающихся;

Программа «Оказание первой помощи» разработана на основе серии «Профильная школа» Оказание первой помощи Дежурный Л.И. Просвещение 2019г. и проекта МЧС «Научись спасать жизнь!» для развития познавательного и профориентационного интереса учащихся разного уровня подготовки в соответствии с новыми требованиями ФГОС второго поколения.

Актуальность. Программа знакомит учащихся с процессами, происходящими в организме человека, с комплексом срочных простейших мероприятий по спасению жизни человека, с гигиеническими правилами, направленными на сохранение здоровья людей. Осуществляет знакомство обучающихся со специальностями врача, медсестры, санитара. При комплектовании групп учитываются возрастные особенности учащихся и интерес к медицинским знаниям. Программа кружка рассчитана на школьников разных классов, имеющих различную подготовку в области анатомии и физиологии человека.

Программа кружка предназначена для обучающихся 12-17 лет (3 часа внеделю, 108 часов в год), наполняемость группы – до 15 человек.

Цель: Освоение знаний о первой медицинской помощи и формированиеинтереса к профессиям, связанным с медициной.

Задачи:

Общеобразовательные:

- ознакомить с научными знаниями об особенностях строения организма человека как единого целого;
- сформировать у учащихся знания об оказании первой медицинской помощи при экстренных неотложных состояниях, личной и общественной гигиене.

Воспитательные:

- целенаправленное развитие санитарно-гигиенических навыков учащихся

Развивающие:

- способность применить полученные знания и умения на практике
- формировать установки на ЗОЖ;

Теоретические занятия сочетаются с практическими занятиями.

В результате освоения предметного содержания у учащихся предполагается формирование универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных) позволяющих достигать предметных, метапредметных и личностных результатов.

- Познавательные: Получают информацию, анализируют и развиваются основные мыслительные операции (анализа, синтеза, классификации, сравнения, аналогии и т.д.), умения различать разнообразныеявления, обосновывать этапы решения практической задачи.
- Регулятивные: В процессе работы учащийся учится самостоятельно определять цель своей деятельности, планировать её, самостоятельно двигаться по заданному плану, оценивать и корректировать полученный результат.

- Коммуникативные: в процессе изучения материала осуществляется знакомство с медицинским языком, формируются речевые умения: дети учатся высказывать суждения с использованием медицинских терминов и понятий, формулировать вопросы и ответы в ходе выполнения задания, а также работа в команде.

Планируемые результаты

Личностными результатами являются:

- развитие любознательности;

-обучение навыкам коммуникативной компетентности

- развитие интеллектуальных и творческих способностей обучающихся;
- воспитание ответственного отношения к своему здоровью.

Метапредметными результатами являются:

- овладение способами самоорганизации, что включает в себя умения:ставить цели и планировать свою внеурочную деятельность;
- формирование приемов работы с информацией, что включает в себя умения:поиска и отбора источников информации, систематизации информации;
- развитие умений корректного ведения диалога и участие в дискуссии;

Предметными результатами являются:

- применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни: для осознанного соблюдения норм и правил безопасного поведения в социоприродной среде; при оказании простейших видов первой медицинской помощи;

-расширение представлений о здоровом образе жизни.

Учебно-тематический план.

№п/п	**Название темы, зачета, содержание**	**Кол-вочасов**	**В том числе**	
			Теория	**Практика**
1	Введение	3	3	0
	Организм как целостная система	3	3	0
	Физическая активность и здоровье	8	4	4
2	Первоочередные действия при оказании первой помощи больным и пострадавшим	1	1	0
3	Порядок проведения сердечно-легочной реанимации	9	1	8
4	Алгоритмы оказания первой помощи пострадавшим при травматических повреждениях и неотложных состояниях	26	14	12
5	Алгоритмы оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях	25	4	21
6	Придание пострадавшему оптимального положения тела	2	1	1

7	Извлечение пострадавшего из автомобиля или труднодоступного места	2	1	1
8	Способы транспортировки пострадавших	7	1	6
9	Состав аптечек первой помощи	4	4	0
10	Личная и общественная гигиена.	9	9	0
11	История Российского общества Красного Креста	9	7	2
	Итого:	108	53	55

Содержание программы

Введение.

Цели и задачи работы. Беседа о профессии медицинской сестры, врача. Значение первой медицинской помощи.

Практические работы:

Экспресс-опрос определения уровня умения практических навыков оказания само- и взаимопомощи: наложение кровоостанавливающего жгута, наложение повязки, исследование пульса.

Организм как целостная система.

Понятие о норме и патологии. Органы и системы организма человека.

Практические работы:

Вредные привычки (примеры). Просмотр видеофильма «Здоровье или табак.Россия в табачной мгле».

Физическая активность и здоровье.

Роль двигательной активности в сохранении здоровья. Вред гиподинамии.Профилактика заболеваний опорно-двигательной системы.

Гигиенический режим двигательной активности.

Практические работы:

1. Определение быстроты реакции человека;
2. Определение гибкости позвоночника, выявление нарушения осанки; 3.Сохранение правильной осанки при стоянии, в положении сидя и приходьбе, определения наличия плоскостопия.

Оказание первой медицинской помощи.

Травма. Цели, порядок и время оказания первой медицинской помощи. Средства оказания первой медицинской помощи. Асептика и антисептика. Виды перевязочного материала. Виды и правила наложения повязок. Раны, их виды и признаки. Осложнения при ранениях. Травматический шок. Кровотечения, виды, признаки, способы остановки. Переломы, признаки. Правила наложения шин.

*Практические работы - о*казание первой помощи:

- при открытом переломе нижней трети правого бедра с артериальнымкровотечением,
- при ранении мягких тканей правого бедра,
- при ушибах и ссадинах груди и передней брюшной стенки,
- при проникающем ранении грудной клетки справа,
- при закрытом переломе правого плеча,
- при ожоге 2 степени левой голени и стопы. Виды

повязок. Правила и техника бинтования.

Практические работы

Наложение повязок (работа в парах).

Личная и общественная гигиена.

Гигиена, основные понятия. Занятия спортом. Закаливание. Вредные привычки и их влияние на организм. Режим дня. Гигиена одежды и обуви. Сбалансированное питание. Витамины в

продуктах. Иммунитет. Личная гигиена во время учебных занятий.

Практические работы:

Знакомство с элементами эргономики. Профилактика инфекционных заболеваний.Закаливание организма.

Просмотр видеофильма.

История Российского общества Красного Креста

Возникновение и развитие красно-крестного движения в России и за рубежом. Создание Российского общества Красного Креста. Международнаядеятельность Российского общества Красного Креста. Гуманитарная деятельность общества Красного Креста.

Практические работы

Защита проекта в форме презентации.

Контрольно-оценочные средства

- организация тестирования и контрольных опросов по медицине;
- проведение викторин, смотров знаний;
- организация игр-тренингов практической направленности;
- анализ результатов деятельности

Критериями выполнения программы служат: активность участия детей в пропаганде знаний, в конкурсах, в мероприятиях данной направленности, проявление творчества, самостоятельности

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимо оборудование:

Современный ПК, локальная сеть, проектор, диски (информационныематериалы).

Материально- техническое обеспечение

- таблицы
- схемы
- плакаты
- журналы
- рисунки
- учебники
- демонстрационный набор лекарственных препаратов
- тренажеры для отработки практических навыков
- набор имитаторов травм и поражений
- медицинская аптечка
- бинты
- шины
- аптечные заготовки лекарственных растений
-

Календарно - тематический план

№ п/п	**Название темы.**	Кол-во часов	Дата
	Вводное занятие.		
1	Инструктаж по ТБ.	1	
2	Цели и задачи работы кружка. Знакомство с планом работы.	1	
3	Беседа о профессии медицинской сестры, врача. Значение первой помощи.	1	
	Организм как целостная система.		
4	Понятие о норме и патологии.	1	
5	Органы и системы организма человека.	1	
6	Вредные привычки (примеры).	1	
	Физическая активность и здоровье.		
7	Роль двигательной активности в сохранении здоровья.	1	
8	Вред гиподинамии.	1	
9	Профилактика заболеваний опорно-двигательной системы.	1	
10	Гигиенический режим двигательной активности.	1	
11	Определение быстроты реакции человека	1	
12	Определение гибкости позвоночника, выявление нарушения осанки	1	
13	Сохранение правильной осанки при стоянии, в положении сидя и при ходьбе	1	
14	Определения наличия плоскостопия.	1	
	1.Первоочередные действия при оказании первой помощи больным и пострадавшим.		
15	1.Первоочередные действия при оказании первой помощи больным и пострадавшим	1	
	2.Порядок проведения сердечно-легочной реанимации		
16-17	2.1.Правила определения наличия сознания и самостоятельного дыхания	2	
18-19	2.2.Правила проведения надавливаний на грудную клетку	2	
20-21	2.3.Последовательность проведения искусственного дыхания	2	

22-24	2.4.Удаление инородного тела из дыхательных путей приемом Геймлиха	3	
	3.Алгоритмы оказания первой помощи пострадавшим при травматических повреждениях и неотложных состояниях		
25-27	3.1.Первая помощь при наружном кровотечении	3	
28-29	3.2.Алгоритм подробного осмотра пострадавшего	2	
30-31	3.3Первая помощь при травме головы	2	
32-34	3.4.Первая помощь при травмах глаз и век	3	
35-36	3.5.Первая помощь при носовом кровотечении	2	
37-39	3.6.Первая помощь при травме шеи	3	
40-42	3.7.Первая помощь при ранении грудной клетки	3	
43-45	3.8. Первая помощь при ранении живота	3	
46-48	3.9. Первая помощь при травмах конечностей	3	
49-50	3.10. Правила иммобилизации (обездвиживания)	2	
	4. Алгоритмы оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях		
51-52	4.1. Первая помощь при термических ожогах	2	
53-54	4.2. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе	2	
55-56	4.3. Первая помощь при отморожениях	2	
57-58	4.4. Первая помощь при общем переохлаждении	2	
59	4.5. Первая помощь при отравлениях	1	
60-	4.5.1. Первая помощь при поступлении токсического вещества через рот	2	

61			
62-63	4.5.2. Первая помощь при поступлении токсическоговещества через дыхательные пути	2	
64-65	4.6. Первая помощь при поражении электрическим током	2	
66-67	4.7. Первая помощь при укусах ядовитых змей	2	
68-69	4.8. Первая помощь при укусах насекомых	2	
70-71	4.9. Первая помощь при поражениях глаз	2	
72-73	4.10. Первая помощь при обмороке	2	
74-75	4.11. Первая помощь при сердечном приступе	2	
	5. Придание пострадавшему оптимального положения тела		
76-77	5. Придание пострадавшему оптимального положения тела	2	
	6. Извлечение пострадавшего из автомобиляили труднодоступного места		
78-79	6. Извлечение пострадавшего из автомобиляили труднодоступного места	2	
	7. Способы транспортировки пострадавших		
80	7.1. Общие правила	1	
81-82	7.2. Способы переноса пострадавших из места поражения	2	
83-84	7.2.1. Перенос пострадавшего на носилках (щите)	2	
85-86	7.2.2. Перенос пострадавших с использованиемподручных средств	2	
	8. Состав аптечек первой помощи		
87-88	8.1. Состав аптечки первой помощи (автомобильной)	2	

89-90	8.2. Состав аптечки для оказания первой помощи работникам	2	
	Личная и общественная гигиена.		
91	Гигиена, основные понятия.	1	
92	Занятия спортом.	1	
93	Закаливание.	1	
94	Вредные привычки и их влияние на организм.	1	
95	Профилактика вредных привычек	1	
96	Режим дня.	1	
97	Гигиена одежды и обуви.	1	
98	Сбалансированное питание.	1	
99	Витамины в продуктах.	1	
	История Российского общества Красного Креста		
100-101	Возникновение и развитие красно-крестного движения в России иза рубежом.	2	
102	Создание Российского общества Красного Креста.	1	
103-104	Международная деятельность Российского общества Красного Креста.	2	
105-106	Гуманитарная деятельность общества Красного Креста.	2	
107-108	Выполнение проекта «Общество Красный Крест»	2	
	Всего за учебный год:	**108 часов**	