

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Смоленской области

Муниципальное образование Руднянский район

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя школа №2 города Рудня»

Принята на педагогическом совете

МБОУ «РСШ №2»

протокол № 1 от 29.08.2024 г.

Утверждено  
Директор школы  
МБОУ «РСШ №2»  
И.И. Будалева  
Приказ № 109 от 29.08.2024 г.



Рабочая программа внеурочной деятельности

Направленность: спортивно-оздоровительная

«Школа безопасности»

Возраст обучающихся: 12-17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Шляхтова Анна Борисовна

педагог дополнительного образования

г.Рудня

2024 год

## **Пояснительная записка**

**Направленность программы:** спортивно-оздоровительная

**Актуальность программы.**

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.

**Адресат программы**

Программа предназначена для обучающихся 12 -17 лет.

**Объем программы-** Изучение программы рассчитано на 72 часа

**Формы организации образовательного процесса:** очная

**Виды занятий** по программе определяются содержанием программы и могут предусматривать лекции, практические работы, круглые столы, ролевые игры, тренинги, выполнение самостоятельной работы.

**Срок освоения программы** – 1 год обучения

**Режим занятий** - 2 раза в неделю по 1 часу

**Цель программы:** формирование навыков оказания первой доврачебной помощи в различных жизненных ситуациях

**Задачи:**

1. Дать понятие о методах первой доврачебной помощи.
2. Изучить основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи в повседневной жизни, при несчастных случаях и травмах.
3. Расширить и углубить знания о строении и функциях организма.
4. Прививать навыки оказания первой доврачебной помощи в различных жизненных ситуациях.

5. Формировать алгоритм оптимальных действий в опасной и чрезвычайной ситуации различного характера.

6. Развить необходимые качества личности для умелого и грамотного использования навыков оказания первой помощи во время неотложной ситуации.

7. Развитие профессионально важных качеств личности, характерных для профессий, связанных с медициной.

### **Планируемые результаты**

#### *Личностные*

- постепенное выстраивание собственного целостного мировоззрения;
- 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 здоровье сберегающих технологий;
- реализация установок здорового образа жизни;
- умение принимать решения и нести ответственность за них;
- умение реализовывать обучающимися теоретические знания на практике;
- умение признавать право другого человека на собственное мнение, а также умение отстаивать свою точку зрения.

#### *Метапредметные результаты*

##### *Регулятивные:*

- способность работать с различными источниками информации, проводить поиск, анализ и отбор необходимой информации, ее преобразование, сохранение и передача;
- самостоятельно ставить личностно-необходимые учебные и жизненные задачи и определять, какие знания необходимо приобрести для их решения;
- 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.

#### *Познавательные*

-умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию;

-знания основ первой помощи при угрожающих состояниях, овладение опытом самопознания;

-соблюдение правил работы с медицинским оборудованием;

-использование медицинских знаний в быту.

#### *Коммуникативные*

-владение способами презентации себя и своей деятельности, уметь принимать и передавать необходимую информацию;

-способность действовать в социуме с учётом позиций других людей.

#### *Предметными результатами:*

##### *Обучающиеся научатся:*

-оказывать первую доврачебную помощь в различных ситуациях;

-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 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

## Условие реализации программы

Помещение и оборудование	Специальные инструменты и приспособления	Дополнительные материалы
1. Учебный кабинет 2. Рабочий стол педагога 3. Стулья 4. Шкафы для хранения материалов и оборудования. 5. Демонстрационный стол 6. Библиотека с методической литературой. 7. Интерактивная доска. 8. Компьютер 9. Мультимедийный проектор.	1. Лабораторное оборудование 2. Скелет человека. 3. Модели объемные. 4. Набор "Имитаторы травм 5. Тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации, 6. Тренажёр-манекен для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей 7. Шина лестничная, 8. Воротник шейный 9. Табельные средства для оказания первой медицинской помощи (жгут кровоостанавливающий резиновый – 2 шт., бинт марлевый стерильный 5мх10см – 8 шт., бинт марлевый стерильный 7мх14см – 2 шт., салфетка марлевая стерильная 45х29 см 2-слойная (5 шт/уп.) – 1 уп., салфетка марлевая стерильная 16х14 см 2-слойная (10 шт/уп.) – 1 уп., вата стерильная 100 г. – 1уп.) 10. Коврик для проведения сердечно-лёгочной реанимации 11. Автомобильная аптечка	1. Электронные наглядные пособия. 2. Раздаточные наглядные таблицы. 4. Интерактивные наглядные пособия. 5. Таблицы по анатомии, физиологии, гигиене человека. 6. Набор тематических видеофильмов, презентаций

**Формы аттестации/контроля-** зачет, включает в себя контрольное тестирование (проверка усвоения теоретического материала) и практика (проверка практических умений).

**Оценочные материалы** – диагностический инструментарий, позволяющий определить достижение учащимися планируемых результатов, например, методика В.П. Степанова «Уровень личностных результатов обучающихся»;

контрольные занятия в соответствии с образовательной программой (тестирование, анкетирование, выполнение практических заданий и др.), карта мониторинга по Л.Н. Буйловой (предметные и метапредметные результаты обучающихся).

### Учебный план

№ п/п	Название раздела (темы)	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	4	1	3	Практическая работа
2	Кровотечения и раны	11	5	6	Практическая работа
3	Переломы и вывихи	11	5	6	Практическая работа
4	Ожоги и обморожения	9	5	4	Практическая работа
5	Травмы головы, грудной клетки, живота. Транспортировка пострадавших	9	3	6	Практическая работа
6	Основы реанимационных мероприятий	11	6	5	Практическая работа
7	Техника наложения повязок	7	1	6	Практическая работа
8	Оказание первой помощи при прочих состояниях	6	2	4	Практическая работа
9	Комплексные соревнования	3	-	3	Соревнование
10	Итоговое занятие	1	-	1	Зачет
	<b>Итого</b>	<b>72</b>	<b>28</b>	<b>44</b>	

### Содержание учебного плана

#### **Введение (4ч)**

Понятие о первой помощи. Первая помощь, перечень состояний, при которых оказывается первая помощь; перечень мероприятий по ее оказанию; основные правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь; соблюдение правил личной безопасности при оказании первой

помощи; современные наборы средств и устройств для оказания первой помощи(автомобильная аптечка первой помощи), основные компоненты, их назначение; общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших; основные факторы, угрожающие жизни и здоровью при оказании первой помощи, пути их устранения.

#### **Практические работы:**

Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь

Отработка навыков определения сознания у пострадавшего

Решение ситуационных задач о принципах оказания первой помощи.

#### **Кровотечения и раны (11ч)**

Цель и порядок выполнения обзорного осмотра пострадавшего. Раны и их виды, первая помощь. Кровотечения. Виды кровотечений и их характерные признаки. Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение кровоостанавливающего жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки; оказание первой помощи при носовом кровотечении. Первая помощь при внутренних (скрытых) кровотечениях. Понятие о травматическом шоке, причины и признаки

#### **Практические работы:**

Способы пальцевого прижатия артерий

Наложение давящей повязки;

Наложение кровоостанавливающего жгута, жгута- закрутки;

Решение практических ситуационных задач.

## **Переломы и вывихи (11ч)**

Переломы и вывихи, признаки переломов костей. Осложнения закрытых и открытых переломов. Первая помощь при закрытых и открытых переломах костей, вывихах верхних и нижних конечностей. Основные принципы транспортной иммобилизации. Виды шин. Транспортная иммобилизация подручными средствами при повреждении нижних и верхних конечностей. Травмы позвоночника

### **Практические работы:**

Проведение иммобилизации костей плеча, предплечья складными шинами  
Проведение иммобилизации костей плеча, предплечья, голени и бедра шинами, изготовленными из подручных средств;  
Наложение шины при открытом переломе костей голени;  
Решение ситуационных задач.

## **Ожоги и отморожения (9ч)**

Понятие ожог. Классификация и степени ожога. Способы определения площади ожоговой поверхности и степени ожога. Доврачебная помощь при термических и химических ожогах.

Общее перегревание организма, тепловой и солнечный удар. Оказание первой помощи. Общее переохлаждение организма; причины, признаки; оказание первой помощи.

Понятие отморожения. Причины и факторы, способствующие отморожениям. Классификация отморожений. Первая помощь.

### **Практические работы:**

Обработка и наложение асептической повязки на область ожога I и II степени (на фантоме)

Техника наложения теплоизолирующей повязки;  
решение практических ситуационных задач.

### **Травмы головы, грудной клетки, живота. Транспортировка пострадавших (9ч)**

Понятие о травме и её видах. Классификация, признаки и осложнения травм груди, живота и таза.

Первая помощь при переломах ребер, костей таза, закрытой и открытой (проникающей) травме живота. Транспортировка пострадавшего при открытой и закрытой травме живота; переломом позвоночника, костей таза

#### **Практические работы:**

Наложение спиральной повязки при переломе ребер;

Наложения окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки;

Транспортировка пострадавших с переломом позвоночника и костей таза;

Отработка приемов фиксации шейного отдела позвоночника;

Транспортировка пострадавших при отсутствии подручных средств (одним человеком, несколькими людьми).

### **Основы реанимационных мероприятий (10ч)**

Понятие о пограничных и терминальных состояниях. Общая характеристика, классификация и признаки терминальных состояний.

Алгоритм базовой сердечно-легочной реанимации.

Ошибки и осложнения, возникающие при выполнении реанимационных мероприятий. Показания к прекращению СЛР.

Мероприятия, выполняемые после прекращения СЛР.

Особенности сердечно-легочной реанимации у детей.

Утопление. Алгоритм оценки состояния пострадавшего и первая помощь при утоплении. Тактика действий при наличии инородных тел верхних дыхательных путей.

### **Практические работы:**

Отработка навыков определения сознания у пострадавшего;

Отработка приемов восстановления проходимости дыхательных путей;

Техника проведения ИВЛ методом «рот ко рту»;

Техника сердечно- легочной реанимации 1-м и 2-я спасателями;

Отработка приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.

### **Техника наложения повязок (8 ч)**

Правила наложения повязок на голову, область сустава, верхний плечевой пояс, область сустава, на глаза и уши

### **Практические работы:**

Повязки на голову - «шапочка», «чепец», «8-образная»

Повязки на область сустава -«сходящаяся» и «расходящаяся»; «8-образная»

Повязки на верхний плечевой пояс – «Дезо», «спиральная»

Повязки на глаза – «монокулярная», «бинокулярная»

Повязка на уши

### **Оказание первой помощи при прочих состояниях (6 ч)**

Отравления, пути попадания ядов в организм. Признаки острого отравления

Психологическая поддержка. Цели оказания психологической поддержки.

Общие принципы общения с пострадавшими. Принципы передачи пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь

### **Практические работы.**

Оказание первой помощи при попадании отравляющих веществ в организм

через дыхательные пути, пищеварительный тракт, кожу

Простые приемы психологической поддержки пострадавших.

Способы самопомощи в экстремальных ситуациях