



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 253
Приморского района Санкт-Петербурга
имени капитана 1-го ранга П.И. Державина**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ГБОУ школы № 253
Приморского района Санкт-Петербурга
им. капитана 1-го ранга П.И. Державина
Протокол №1 от 31.08.2021

УТВЕРЖДЕНА

Директором ГБОУ школы № 253
Приморского района Санкт-Петербурга
им. капитана 1-го ранга П.И. Державина
приказ №231-од от 31.08.2021

_____ /Н.А. Фурсова/

**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Первая помощь»**

Санкт-Петербург
2021

ВВЕДЕНИЕ

Предлагаемая программа является комплексной по содержанию деятельности и ориентирована на достижение результатов трех уровней¹:

<i>1 уровень «репродуктивный»</i>	<i>2 уровень «деятельностный»</i>	<i>3 уровень «экспериментальный, поисковый»</i>
Понимание потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, сущности проблем по оказанию первой доврачебной помощи человеку, находящемуся в чрезвычайной ситуации	Опыт саморефлексии, готовность тренировать способность к использованию выведенного алгоритма, анализировать свою деятельность (умения и навыки), принимать решение в соответствии с чрезвычайной ситуацией	Готовность самостоятельно распознать состояние пострадавшего и умение оказывать первую доврачебную помощь

Программа рассчитана на детей 11-16 лет. Занятия проводятся в свободное от учебы время 1 раз в неделю по 1 часу. Занятия групповые. Группа - не более 11 человек.

Режим занятий:

- общее количество часов в год для 7 класса – 34ч.,
 - количество часов и занятий в неделю для 7 класса - 1 раз в неделю по 1 ч.
- Форма занятий - комплексная: сочетание теории и практики.

Занятия проводятся в следующих формах: практическая индивидуальная и групповая, беседа, соревнование.

- **Цель** программы - приобретение навыков распознавания неотложных состояний и умений оказывать первую доврачебную помощь;

Задачи программы:

- формировать у обучающихся сознательного и ответственного отношения к сохранению и укреплению здоровья на основе принципов здорового образа жизни;

¹ На основе Методических рекомендаций по организации внеурочной деятельности Электронный ресурс: http://xn----7sbbadedzpm9anhgcdxi1ct.xn--p1ai/tinybrowser/files/metogu4eckuu-ka6/mp/mp_no_opr_bheypo4hou_ge9itejibhoctu.pdf

- заинтересовать и направить школьников на ведение здорового образа жизни.
- познакомить воспитанников 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.

Результаты программы внеурочной деятельности «Первая помощь»

представлены:

Личностными результатами изучения данного курса внеурочной деятельности являются:

- 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 изучения данного курса внеурочной деятельности являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях,;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуаций;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

- 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 обучающихся:

В результате изучения программы данного курса учащиеся должны уметь:

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

Структура занятий в программе.

Все занятия в рамках программы осуществляются в формате:

- беседа о здоровье (история, практические советы);
- устное объяснение задания с практическим примером;
- индивидуальная работа с каждым обучающимся;
- просмотр приемов оказания доврачебной помощи.
- решение ситуационных задач

Формат «Первая помощь» применяется учителем для организации неформального общения с учащимися по заданным темам и включает следующие виды деятельности обучающихся:

- практическая индивидуальная и групповая;
- совместная деятельность (разработка ситуаций, решение ситуационных задач, неотложных состояниях и т.д.)

Тематический план программы внеурочной деятельности

«Первая помощь»

№	Тема занятия	Часы
Раздел 1	Тема 1. Понятие о чрезвычайных и экстремальных ситуациях	
1	Понятие о здоровье, болезни, неотложных состояниях. Виды первой помощи.	1
2	Правовые основы оказания первой помощи	1

3	Обеспечение безопасности при оказании первой помощи	1
	Тема 2. Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной системы. Первая доврачебная помощь при неотложных состояниях сердечно-легочной системы.	
4	Первая помощь при отсутствии сознания и нарушениях дыхания. Дыхательная система.	1
5	Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Основные признаки неотложных состояний дыхательной системы	1
6	Отработка приёмов выполнения сердечно-лёгочной реанимации. Решение ситуационных задач.	1
7	Отработка приёмов выполнения сердечно-лёгочной реанимации. Решение ситуационных задач.	1
8	Проведение сердечно-лёгочной реанимации у детей. Решение ситуационных задач.	1
9	Проведение сердечно-лёгочной реанимации у детей. Решение ситуационных задач.	1
	Тема 3. Механические травмы. Первая доврачебная помощь. Кровотечения. Раны.	
10	Понятие и виды кровотечений. Классификация, признаки кровотечений.	1
11	Способы временной остановки кровотечений. Первая помощь при внутренних и наружных кровотечениях.	1
12	Правила наложения бинтовых повязок	1
13	Правила наложения бинтовых повязок	1
14	Правила наложения бинтовых повязок	1
15	Наложение давящей повязки при венозном и капиллярном кровотечении.	1
16	Наложение давящей повязки при венозном и капиллярном кровотечении.	1
17	Наложение кровоостанавливающего жгута и закрутки.	1
18	Наложение кровоостанавливающего жгута и закрутки.	1
19	Отработка действий по выполнению повязок на область головы	1

20	Отработка действий по выполнению повязок на область головы	1
21	Отработка действий по выполнению повязок на область груди и конечности	1
22	Отработка действий по выполнению повязок на область груди и конечности	1
	Тема 4. Отравления. Укусы.	
23	Первая помощь при различных видах отравлений.	1
24	Первая помощь при укусах животными, насекомыми, змеями.	1
	Тема 5. Термические, электрические поражения. Первая доврачебная помощь.	
25	Первая помощь при термических ожогах.	1
26	Первая помощь при химических ожогах.	1
27	Первая помощь при тепловом ударе.	1
28	Первая помощь при отморожениях и общем переохлаждении.	1
29	Отработка действий по выполнению повязок при ожогах и отморожениях	1
30	Отработка действий по выполнению повязок при ожогах и отморожениях	
31	Особенности оказания первой помощи при различных видах травм	1
	Тема 6. Основы десмургии. Иммобилизация. Реанимация	1
32	Правила транспортной иммобилизации и способы транспортировки пострадавших	1
33	Иммобилизация. Способы и правила иммобилизации при переломах конечностей. Транспортировка больных и пострадавших.	1
34	Отработка приёмов транспортной иммобилизации с использованием лестничных шин, санитарной косынки и подручных средств при переломах и вывихах верхней конечности	1

Тематический обзор:

Раздел I. Первая медицинская помощь

Тема 1 . Понятие о чрезвычайных и экстремальных ситуациях. Понятие о здоровье, болезни, неотложных состояниях. Виды первой помощи.

Определение физиологических показателей организма (3 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-легочной системы.

Первая помощь при неотложных состояниях дыхательной системы (6ч).

Правила проведения сердечно-легочной реанимации. Основные признаки неотложных состояний дыхательной системы.

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. Механические травмы. Первая доврачебная помощь. Кровотечения. Раны (13ч).

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. Правила наложения бинтовых повязок

Интерактивная форма: работа в парах и микрогруппах по отработке навыков остановки кровотечения разными способами.

Механические травмы: ушибы, вывихи, растяжения, разрывы связок, переломы, синдром длительного сдавления.

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 4. Первая доврачебная помощь при отравлениях. (2ч).

Первая помощь при острых пищевых, лекарственных, отравлениях, отравлениях препаратами бытовой химии.

Интерактивная форма: групповое обсуждение темы «Актуальные проблемы наркомании».

Тема 5. Термические, электрические поражения. Первая доврачебная помощь (7ч).

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

Первая помощь при утоплении, удушении.

Интерактивная форма: решение ситуационных задач.

Тема 6. Основы десмургии. Иммобилизация. Реанимация (5ч).

Иммобилизация. Способы и правила иммобилизации при переломах конечностей.

Транспортировка больных и пострадавших в ЛПУ.

Интерактивная форма: работа в парах и микрогруппах по отработке навыков наложения повязок.

Алгоритм проведения урока:

- учащиеся в мини-группах представляют результаты своей деятельности
- после обсуждения проблемных вопросов систематизируют полученный опыт
- по окончании каждая группа сравнивают свои успехи с успехами других учащихся.
- учитель подводит итоги занятия: оценивает уровень достижения поставленных целей.

Занятие построено на словесном, наглядном и практическом методах обучения. Учитель знакомит обучающихся с чрезвычайными и экстремальными ситуациями. Понятиями о здоровье, болезни, неотложных состояниях. Видах первой доврачебной помощи. Опираясь на наглядный метод обучения, преподавателем демонстрирует способы первой доврачебной помощи при неотложных состояниях. Практический метод основан на практической деятельности обучающихся (выполнение заданий практического занятия).

Практический метод обучения опирается на следующие приемы: постановка заданий, планирование их выполнения, контроль выполнения заданий, анализ результатов практической работы, выявление недостатков в результатах труда и их причин, корригирование обучения для достижения цели.

В программе предусмотрено использование электронных образовательных ресурсов и цифровых технологий:

- Первая помощь при ожогах и отморожениях

<http://medportaldom.ru>

- Оказание первой помощи при кровотечениях: правила наложения жгута

<https://fireman.club/statyi-polzovateley/okazanie-pervoy-pomoshhi-pri-krovotecheniyah/>

- Оказание первой помощи при кровотечениях: алгоритм действий

<https://getfirsthelp.ru/krovotечение/pervaya-pomoshh-pri-krovotecheniyah>

- Оказание первой помощи пострадавшему при поражении электрическим током. Видеоурок

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1047221203976291990&text=оказание+первой+медицинской+помощи+при+поражении+электрическим+током&where=all>

- Оказание первой медицинской помощи при ушибах

<https://extremale.ru/pervaja-pomoshh/okazanie-pervoj-medicinskoj-pomoshhi-pri-ushibah.html>

- Первая помощь при растяжении связок и вывихах

<http://travma-gid.ru/articles/pervaya-pomoshh-pri-rastyazhenii/>

В программе предусмотрено использование чата – беседы участников программы в целях оперативного обмена информацией, координации деятельности.

Оценка результатов

В ходе оценивания образовательных результатов (личностных, метапредметных) используется метод «педагогического наблюдения»

Бланк педагогического наблюдения

	<i>Критерии оценивания</i>	<i>Начало года (Ф.И.О. учащихся)</i>	<i>Конец года (Ф.И.О. учащихся)</i>

<i>Репродуктивный</i>	Понимание потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, сущности проблем по оказанию первой доврачебной помощи человеку, находящемуся в чрезвычайной ситуации		
<i>Деятельный</i>	Демонстрирует мотивацию принимать решение в соответствии с чрезвычайной ситуацией		
<i>Экспериментальный, поисковый</i>	Проявляет интерес к способам оказания первой доврачебной помощи		

Оценивание в баллах:

1 балл – незначительное проявление критерия

2 балла – участвует, проявляет активность в зависимости от ситуации

3 балла – активное участие, демонстрирует потребность в социальном служении и добровольчестве.

Литература:

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.(