

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Республики Калмыкия**

**МКУ "Приютненский отдел образования"**

**МКОУ "Песчаная СОШ"**

**РАССМОТРЕНО**

Председатель  
педагогического совета

Джонова Н.Б.  
Протокол №1 от «29» 08  
2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по УВР

Джонова Н.Б.  
«30» 08 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

Селюкова Л.Х.  
Приказ № от «30» 08.2024г



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса внеурочной деятельности по**

**«Основам доврачебной помощи»**

**Класс: 10**

**Составитель: учитель  
Селюкова Лариса Хасановна**

**п. Песчаный 2024 г.**

## Пояснительная записка

В последнее время очевидна тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России. Это связано с событиями, происходящими в нашей стране, с увеличением частоты проявления разрушительных сил природы, числа промышленных аварий и катастроф, опасных ситуаций социального и криминального характера и отсутствием навыков разумного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

Жизнь человека полна различных опасностей, которые имеют большое влияние на его здоровье и существование. Опасность и факторы риска, которые подстерегают человека, угрожают не только здоровью, провоцируя психологический надлом личности, но, главное, могут лишить самого ценного для человека – жизни. 21 век – это время тревоги и неуверенности в завтрашнем дне. Теракты с многочисленными жертвами, разгул бандитизма, аварии и катастрофы – все это обесценивает самое дорогое для человека – жизнь.

Особенностью аварий и катастроф является то, что 80% раненых погибает в первые три часа от кровопотери. И здесь весьма остро выступает проблема оказания первой доврачебной медицинской помощи. Азы оказания первой помощи должны знать все, потому что в любое время может возникнуть необходимость спасти чью-то жизнь. Беда может случиться где угодно: дома, на улице, на дорогах, при авариях и катастрофах. Очень часто пострадавший погибает не из-за тяжести травмы, а из-за отсутствия элементарных знаний по вопросам оказания первой медицинской помощи у находящихся рядом людей, свидетелей, коллег по работе, родственников, знакомых или друзей. Причиной отсутствия или недостаточности таких знаний могут быть не только беспечность и равнодушие, но и мнимая уверенность в том, что с нами ничего не может случиться и беда обойдет нас стороной.

Первая медицинская помощь – это комплекс простейших мероприятий, выполняемых на месте получения повреждения в порядке само и взаимопомощи. Основная цель первой медицинской помощи – спасение жизни пострадавшего, устранение продолжающего воздействия травмирующего фактора и быстрая эвакуация его в ближайшее медицинское учреждение.

Данный курс обучения необходим в современных условиях жизни общества, так как помогает детям научиться оказывать несложную медицинскую помощь в различных критических ситуациях, а также дает понятие главной заповеди по отношению к человеку: «Не навреди!».

**Цель курса:** создание условий для овладения учащимися основными медицинскими терминами и понятиями, для применения их на практике.

Для достижения данной цели считаю необходимым реализацию следующих **задач:**

1. Приобретение учащимися навыков сохранять жизнь и здоровье как в неблагоприятных и опасных ситуациях, так и в быту;
2. Выработка умений и навыков оказания само- и взаимопомощи;
3. Привитие учащимся практических навыков в оказании ПМП и уходе за ранеными и больными;
4. Пропаганда здорового образа жизни и медицинских знаний;
5. Освоение практических приемов по оказанию доврачебной помощи при неотложных состояниях (искусственная вентиляция легких, массаж сердца, остановка кровотечения)
6. Формирование навыков сотрудничества в процессе совместной работы, уважительного отношения к мнению оппонента в процессе дискуссии.
7. Профориентация учащихся.

Программа курса рассчитана на 34 учебных часа. Практически все занятия комбинированные, т.е. включают в себя теорию и практику. Основные методы и приемы преподавания: групповая работа, лекция, беседа, демонстрация, решение тестовых и дидактических задач, практикумы, интеллектуальные и деловые игры. Каждая тема курса имеет свой формы контроля уровня и степени усвоения материала.

Программа имеет ряд **особенностей:**

- в сравнительно короткое время каждого занятия учащиеся должны овладеть определенными практическими навыками, научиться определять необходимые медицинские мероприятия;
- овладение практическими навыками предполагает активную самостоятельную работу учащихся;
- теоретический материал неразрывно связан с практикой, и каждое занятие является логическим продолжением предыдущего.

**Содержание** программы определялось следующими **требованиями:**

- Входящие в программу задания не должны требовать дорогостоящего или сложного оборудования.
- Полученные в процессе изучения курса практические навыки могут пригодиться в повседневной жизни и при чрезвычайных происшествиях;

**Результатами** данной программы будут:

1. новые дополнительные знания по начальной военной подготовке (раздел «Основы медицинских знаний»);
2. овладение новыми практическими навыками оказания первой медицинской помощи, умение применять полученные знания на практике, выбирать средства для решения поставленных задач, что воспитывает целеустремленность, собранность, желание помогать другим;
3. профессиональная ориентация;
4. умение работать самостоятельно и в группе.

## **Основное содержание курса «Основы доврачебной помощи»**

### **1. Первая медицинская помощь и ее значение (2 часа)**

Что такое первая помощь? Цель первой помощи (ПП). Обязанности оказывающего ПП. Благоприятная атмосфера для оказания ПП для взрослых и детей. Принципы оказания ПП: оценка ситуации; безопасная обстановка; неотложная помощь; вызов помощи.

### **2. Раны и кровотечения (3 часа)**

Классификация и характеристика кровотечений. Способы временной остановки кровотечения. Характеристика и признаки внутреннего кровотечения. Понятие о ране. Классификация и характеристика ран. Повязки, их виды и назначение. Правила наложения повязок.

### **3. Травмы опорно-двигательного аппарата (3 часа)**

Ушибы и их признаки. Растяжение связок, разрывы связок и мышц, их признаки. Вывихи и их признаки. Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах. Открытые и закрытые переломы. Отработка приемов оказания первой помощи при закрытых и открытых переломах. Транспортная иммобилизация.

#### **4. Черепно-мозговые травмы и повреждения позвоночника (3 часа)**

Черепно-мозговая травма. Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника. Сотрясение головного мозга. Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при травмах головы и позвоночника.

#### **5. Травмы груди, живота и области таза (3 часа)**

Опасности травм грудной клетки. Приемы оказания ПМП при переломе ребер, грудины и закрытом пневмотораксе. Открытый пневмоторакс. Приемы оказания помощи при повреждении живота. Приемы оказания ПМП при переломе костей таза.

#### **6. Травматический шок и противошоковые мероприятия (1 час)**

Понятие о травматическом шоке. Причины и признаки травматического шока, его действие на организм человека. Отработка приемов ПМП при травматическом шоке.

#### **7. Ожоги и обморожения. Электротравмы (3 часа)**

Понятие об ожогах и обморожениях, их степени. Особенности электротравм. Первая медицинская помощь (ПМП) при поражении электрическим током. Отработка приемов оказания ПМП при ожогах, обморожениях и электротравмах.

#### **8. Сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ) (3 часа).**

Сердце тренированного и нетренированного человека. Возрастные изменения сердечно-сосудистой системы. Изменения сердечной мышцы при различных заболеваниях. Заболевания кровеносных сосудов. Склероз. Гипертония. Острая сердечная недостаточность. Инсульт. Стенокардия. Инфаркт миокарда. Первая медицинская помощь. Правила оказания ПМП.

**9. Экстренная реанимационная помощь (1 час).**

Признаки жизни и смерти. Клиническая смерть. Реанимационные мероприятия. Искусственная вентиляция легких. Непрямой массаж сердца. Отработка приемов проведения ИВЛ и непрямого массажа сердца.

**10. Первая медицинская помощь при массовых поражениях. Радиационные поражения и их профилактика (3 часа)**

Проникающая радиация и ее воздействие на здоровье человека. Внешнее и внутреннее облучение. Лучевая болезнь и ее периоды. Противорадиационная защита населения.

Первая медицинская помощь при радиационных поражениях.

**11. Отравление. Причины и признаки отравлений, первая медицинская помощь при отравлении. (2 часа)**

Отравление продуктами питания. Правила приема пищи. Кишечные инфекции и их предупреждения. Первая медицинская помощь при пищевых отравлениях.

**12. Поражения отравляющими веществами (3 часа)**

Характеристика ОВ и их поражающего действия. Особенности действия различных групп ОВ и основные признаки поражения ими. ОВ нервно-паралитического, кожно-нарывного, общедовитого, удушающего действия.

Первая медицинская помощь при поражении отравляющими веществами

**13. Инфекционные болезни. Дезинфекция. (3 часа)**

Общие сведения об инфекциях. Источники заражения и пути их передачи. Профилактика инфекционных болезней. Дезинфекция.

**14. Помоги себе и близким (1 час)**

Заклчительное занятие.

## Поурочное планирование занятий по курсу «Основы доврачебной помощи»

№ п/п	Наименование тем занятий и уроков	Основные понятия урока	Методы и приемы преподавания	Формы контроля
<b>Первая медицинская помощь и ее значение (2 часа)</b>				
<b>1</b>	Первая медицинская помощь и ее значение.	Первая медицинская помощь. Первая доврачебная помощь. Принципы оказания Первой медицинской помощи.	Лекция.	Анкетирование
<b>2</b>	Принципы оказания первой помощи	Оценка ситуации; безопасная обстановка; неотложная помощь; вызов помощи.	Лекция.	-
<b>Раны и кровотечения (3 часа)</b>				
<b>3</b>	Понятие о ранах и кровотечениях	Рана (классификация), кровотечение (наружное, внутреннее), венозное, артериальное, капиллярное; Асептика, антисептика.	Лекция. Использование презентации	Составление алгоритма действий
<b>4</b>	Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях.	Средства оказания первой медицинской помощи при ранениях и кровотечениях. Жгут, закрутка	Демонстрация, практикум.	Тестовый контроль

5	Техника временной остановки кровотечения и наложения бинтовых повязок.	Повязка, перевязка, перевязочный материал		Практическая самостоятельная работа
<b>Травмы опорно-двигательного аппарата (3 часа)</b>				
6	Травмы опорно-двигательного аппарата.	Опорно-двигательный аппарат, ушиб, вывих, растяжение, разрыв, перелом (открытый и закрытый). Синдром длительного сдавливания, иммобилизация	Объяснение, работа с тематическими таблицами, демонстрация, работа в парах, практикум.	Тестовый контроль
7	Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата.		Лекция. Использование презентации	Практическая самостоятельная работа
8	Способы транспортировки пострадавших.	иммобилизация	Лекция. Использование презентации	Тестовый контроль
<b>Черепно-мозговые травмы и повреждения позвоночника (3 часа)</b>				
9	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме.	Черепно-мозговая травма, сотрясение головного мозга.	Лекция. Использование презентации	Составление алгоритма действий
10	Первая медицинская помощь при повреждении позвоночника.	Травмы позвоночника и их последствия на здоровье человека	Лекция. Использование презентации	Составление алгоритма действий
11	Способы транспортировки пострадавших.	Иммобилизация	Лекция. Использование презентации	Тестовый контроль
<b>Травмы груди, живота и области таза (3 часа)</b>				
12	Первая медицинская помощь при травмах груди.	Закрытый пневмоторакс, открытый пневмоторакс	Лекция	Практическая самостоятельная работа



13	Первая медицинская помощь при травмах живота и области таза	Внутриутробное кровотечение, проникающее ранение	Лекция	Тестовый контроль, решение ситуационных задач
14	Первая медицинская помощь при травмах живота и области таза			
<b>Травматический шок и противошоковые мероприятия (1 час)</b>				
15	Травматический шок и противошоковые мероприятия	Травматический шок (первичный, поздний) вторичный, поздний)	Лекция. Использование презентации	Решение ситуационных задач.
<b>Ожоги и обморожения. Электротравмы (3 часа)</b>				
16	Первая медицинская помощь при ожогах	Термический ожог и химический ожог, степени тяжести ожогов, ожоговый шок.	Лекция. Использование презентации	Составление алгоритма действий
17	Первая медицинская помощь при обморожениях	Виды обморожений и их степени тяжести	Лекция. Использование презентации	Составление алгоритма действий
18	Первая медицинская помощь при электротравмах	Электротравма. Противошоковые мероприятия.	Лекция. Использование презентации	Составление алгоритма действий
<b>Сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ) (3 часа)</b>				
19	Гигиена сердечно-сосудистой системы.	Сердечно-сосудистая система, сердечная мышца	Лекция. Использование презентации	Выполнение тестовых заданий
20	Сердечно-сосудистые заболевания.	Острая сердечная недостаточность, инсульт, инфаркт	Лекция. Использование презентации	Составление алгоритма действий, решение ситуационных задач

21	Непрямой массаж сердца при остановке сердечной деятельности	Непрямой массаж сердца при остановке сердечной деятельности. Способы искусственного дыхания	Лекция. Использование презентации	Практическая самостоятельная работа
<b>Экстренная реанимационная помощь (1 час)</b>				
22	Экстренная реанимационная помощь.	Реанимация, клиническая смерть, прекардиальный удар, искусственная вентиляция легких, непрямой массаж сердца.	Лекция, демонстрация, практическая отработка приемов проведения реанимационных мероприятий.	Практическая самостоятельная работа
<b>Первая медицинская помощь при массовых поражениях. Радиационные поражения и их профилактика (3 часа)</b>				
23	Массовые поражения. Радиационные поражения и их профилактика.	Проникающая радиация Противорадиационная защита	Лекция. Использование презентации	Выполнение тестовых заданий
24	Первая медицинская помощь при радиационных поражениях.	Внешнее и внутреннее облучение. Лучевая болезнь	Лекция. Использование презентации	Составление алгоритма действий
25	Семинар: «Техногенные катастрофы 20 и 21 веков.»	Исторические примеры техногенных катастроф и их влияние на окружающую среду. Их последствия.	Семинар	-

<b>Отравление. Причины и признаки отравлений, первая медицинская помощь при отравлении. (2 часа)</b>				
26	Отравление продуктами питания. Правила приёма пищи. Кишечные инфекции и их предупреждение.	Правила приёма пищи. Возбудители ботулизма, холеры, сальмонеллеза, дизентерия	Лекция. Использование презентации	Составление алгоритма действий
27	Первая медицинская помощь при пищевых отравлениях	Первая медицинская помощь при пищевых отравлениях.	Лекция. Использование презентации	Тестовый контроль
<b>Поражения отравляющими веществами (3 часа)</b>				
28	Виды отравляющих веществ.	ОВ нервно-паралитического, кожно-нарывного, общедовитого, удушающего действия	Лекция. Использование презентации	Составление алгоритма действий
29	Поражения отравляющими веществами.		Лекция. Использование презентации	Составление алгоритма действий
30	Первая медицинская помощь при поражении отравляющими веществами.	Первая медицинская помощь при поражении отравляющими веществами.	Лекция. Использование презентации	Практическая самостоятельная работа
<b>Инфекционные болезни. Дезинфекция (3 часа)</b>				
31	Общие сведения об инфекциях	Основные признаки инфекционных болезней	Лекция. Использование презентации	Анкетирование
32	Источники заражения и пути их передачи. Профилактика инфекционных болезней. Дезинфекция	Возбудитель инфекционных болезней	Лекция. Использование презентации	Тестовый контроль
33	Семинар: «Меры по профилактике инфекционных заболеваний»	Защита и профилактика различных	Семинар	-

		инфекционных заболеваний, в том числе COVID-19		
<b>Помоги себе и близким (1 час)</b>				
<b>34</b>	Заключительное занятие. Помоги себе и близким.	Повторяются все понятия и термины курса	Беседа	Подведение итогов

**Итого: 34 часа (1 час в неделю).**

## Методическое обеспечение программы

1. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Учебник. 9-11-ый класс для преподавателей-организаторов ОБЖ общеобразовательных учреждений «Основы медицинских знаний (Спаси и сохрани)», «АСТ-ЛТД», Москва, 1997 год.
2. Вишневская Е.Л. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие по основам медицинских знаний. М., «Русское слово», 1995.
3. Гоголев М.И. Методическое пособие по медико-санитарной подготовке. М., «Просвещение», 1985.
4. Гоголев М.И. Кружок по медико-санитарной подготовке в школе. М., «Просвещение», 1989.
5. Курцев П.А. Медико-санитарная подготовка учащихся. М., «Просвещение», 1991.
6. Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие для учащихся 10, 11 классов, М. «Дрофа», 2001.
7. Латчук В.Н. ОБЖ тестовый контроль. М., «Дрофа», 2004.
8. Медицинский справочник «Спасение 03 или первая помощь при несчастных случаях», «Герион», Санкт-Петербург, 1995 год.
9. Оказание первой медицинской помощи при дорожно-транспортных происшествиях. Сборник. Кострома, 2000.
10. Первая медицинская помощь. Комплект тематических таблиц. М., 2001.
11. Учебник Российского общества Красного Креста под редакцией академика Варганына Ф.Е. «Первая помощь», 2001 год.
12. Ужегов Г.Н. «Первая медицинская помощь (500 рекомендаций, как победить боль)», «Русич», Смоленск, 2001 год.
13. Чумаков Б.Н. 10 заповедей сохранения жизни. М., Педагогическое общество России, 2005.
14. Шляпцева М.А. «Первая медицинская помощь при несчастных случаях в экстремальной обстановке», ООО «Авенир-Дизайн», Кострома, 2001 год.