

1. **Пояснительная записка**

Предлагаемый элективный курс «Первая помощь» предназначен для учащихся образовательных учреждений, в возрасте 14-17 лет.

Рассчитан на 1 час в неделю (34 часа в год).

**Актуальность.** 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.

**Цель программы:**

* Научить правилам первой доврачебной помощи
* Научить бережно и осознанно относиться к своему здоровью

**Задачи:**

* Дать понятие о методах первой доврачебной помощи
* Расширить и углубить знания о строении и функциях организма
* Оценивать жизненные ситуации с точки зрения безопасного образа жизни и сохранения здоровья
* Развитие профессионально важных качеств личности, характерных для профессий, связанных с медициной
* **Отличительной особенностью** программы является то, что в процессе изучения теоретических знаний обучающиеся расширят и углубят знания о строении и функциях организма, на практических занятиях будет предоставлена возможность выполнять лечебные манипуляции. Овладение теоретическими и практическими навыками предполагает активную самостоятельную работу обучающихся.
* **Формы и режим занятий.** Программный материал изучается в форме теоретических и практических занятий.
* Теоретическая часть курса строится на основе раскрытия основных клинических проявлений различных травматических состояний и содержания оказания медицинской помощи внезапно заболевшим и пострадавшим.
* Практическая же часть курса направлена на приобретение умений и практических навыков по оказанию первой доврачебной помощи в различных ситуациях.
* Программой предполагается проведение практических работ с использованием наглядных пособий (барельефных моделей, фантомов, электронных измерительных приборов), тематических презентаций.

**2.Место курса внеурочной деятельности «Первая помощь»**

* **в учебном плане ОО**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Класс | Примерный УП  ФГОС ООО | | УП ООО МБОУ  «Барановская СОШ» | | Рабочая программа | |
| год | неделя | год | неделя | год | неделя |
| 6 | 34 | 1 | 34 | 1 | 34 | 1 |

2. Планируемые результаты освоение курса внеурочной деятельности «Первая помощь»

Изучение программы обеспечивает достижение личностных и метапредметных и предметных результатов:

**Личностные результаты:**

* постепенное выстраивание собственного целостного мировоззрения;
* учиться признавать противоречивость и незавершённость своих взглядов на мир, возможность их изменения; 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;
* учиться быстро принимать решение, концентрироваться (не терятся) в сложной (экстренной ситуации);
* знание основ здорового образа жизни и здоровье-сберегающих технологий;
* реализация установок здорового образа жизни.

**Метапредметные и предметные результаты:**

* самостоятельно ставить личностно-необходимые учебные и жизненные задачи и определять, какие знания необходимо приобрести для их решения;
* умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию;
* толерантно строить свои отношения с людьми иных позиций и интересов, находить компромиссы с людьми находящимися в сложной (стрессовой ситуации);
* способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к здоровью своему и окружающих;
* соблюдение правил работы с медицинским оборудованием.
* использование медицинских знаний в быту.

В ходе изучения данной программы обучающиеся смогут получить следующие знания и умения.

**Обучающиеся могут научиться:**

* 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 при дорожно- транстортных проишествиях
* Об ожогах
* Об обморожениях
* О переломах
* О десмургии (технике наложения повязок)
* О терминальных состояниях
* Основы сердечно-лёгочной реанимации

Освоение содержания программы для обучающихся осуществляется на базовом уровне.

**Планируемые результаты:**

**Базового уровня:**

Обучающиеся будут:

* Классифицировать травмы в зависимости от воздействия внешних факторов
* Классифицировать виды кровотечений, механических травм, ожогов, электротравм 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

3.Содержание курса «Первая помощь»

**Тема I. «Экстренная медицина. Общие понятия и определения» -2 часа.**

Что такое экстренная медицина. В каких случаях применяется. Психологические особенности готовности к оказанию первой помощи. Значимость правильности, быстроты и последовательности действий при оказании первой неотложной помощи.

Самые распространённые случаи травматизма: порезы, кровотечения, переломы, ушибы, травмы головы, опорно-двигательного аппарата и т. д.. Их краткая характерис-тика.

Болезненные состояния организма человека: резкое повышение артериального давления, гипертоническая болезнь, аллергическая реакция, отравление, в том числе алкоголем и наркотическими веществами и т. д.. Их опасность для жизни.

**Тема II. «Оказание первой медицинской помощи при дорожно-транспортном происшествии» - 9 часов.**

Что такое дорожно-транспортное происшествие. Основные причины дорожно- транспортных происшествий: несоблюдение «Правил дорожного движения», управление транспортным средством в состоянии алкогольного, наркотического опьянения, высокая интенсивность движения, техническая неисправность транспортного средства. Собственная беспечность и невнимательность и т. д..

Основные травмы, которые возможны при ДТП: черепно-мозговая травма, кровотечение, сотрясение головного мозга, переломы, сдавливания, ожоги, травмы опорно-двигательного аппарата, ушибы и т.д.. Механизм получения данных травм.

Причины гибели пострадавших: несовместимость с жизнью, несвоевременное прибытие «Скорой помощи», безучастность и безграмотность очевидцев. Самые распространённые ошибки при оказании ПМП при дорожной аварии.

Понятие о черепно-мозговой травме. Признаки черепно-мозговой травмы. Состояние комы, признаки и его опасность. Реанимационные меры при коме, их последовательность и правильность действий.

Понятие клинической смерти, её признаки. Опасность такого состояния. Меры по реанимации пострадавшего. Алгоритм действий: прекардиальный удар, непрямой массаж сердца, искусственная вентиляция лёгких. Правила выполнения непрямого массажа сердца. Координация действий «помощников» при выполнении сердечно-лёгочной реанимации.

Основные мероприятия и действия после оживления.

Правильная транспортировка пострадавшего. Её значимость. Положение пострадавшего при транспортировке при различных видах травм.

**Тема III. «Оказание первой помощи при поражении электрическим током или молнией» - 5 часов.**

Основные причины поражения электрическим током. Поражающее воздействие электрического тока на организм человека. Характер повреждений при поражении. Прохождение электрического тока по телу (электрическая петля).

Типичные ошибки при оказании первой помощи пострадавшему: несоблюдение техники безопасности, потеря времени и т. д.. Правила подхода к пострадавшему и обесточивания.

Что такое фибрилляция сердца. Что может спровоцировать фибрилляцию сердца. Наиболее частые причины гибели при поражении электрическим током: внезапная остановка сердца (фибрилляция желудочков), отёк головного мозга, удушье, повреждение внутренних органов, кровотечения, ожоги.

Что такое дефибрилляция. Когда можно предположить фибрилляцию желудочков сердца. Когда можно воспользоваться дефибриллятором.

Основные действия при оказании ПМП при поражении электрическим током.

Прогнозирование возможных ситуаций, при которых возможно поражение электрическим током, и решение ситуативных задач.

**Тема IV. «Болезни сердечно-сосудистой системы человека» - 3часа.**

Виды болезней сердечно-сосудистой системы. Причины роста болезней сердечно-сосудистой системы. Современные подходы к проблеме и пути их решения.

Как правильно оказать ПМП при резком скачке артериального давления.

**Тема V. «Влияние внешних факторов на здоровье человека (эко - безопасность)» -3 часа.**

Актуальность обострения экологических проблем и усиление их влияния на здоровье**.**Понятие среды обитания человека. Влияние агрессивных факторов внешней среды на самочувствие и здоровье человека.

Как правильно адаптироваться к условиям внешней среды.

**Тема VI. «Пагубность вредных привычек.» - 4 часа.**

Молодежь и наркотики. Вредные привычки и факторы зависимости. Типология наркотических веществ. Лекарственная зависимость и ее причины. Как распознать будущего наркомана. Влияние наркотических и токсических средств на организм. От чего следует отказаться.

Курение и здоровье. Причины смертности. Психология курения.

Оказание ПМП при токсичном отравлении.

**Тема VII. «. Оказание первой медицинской помощи при алкогольном отравлении» -4 часа.**

Причины возникновения алкогольной зависимости. Механизм развития алкогольной зависимости. Патологические изменения личности, её деградация при злоупотреблении алкоголем. Сексуальные отклонения при алкоголизме. Влияние алкоголя на организм человека. Обстоятельства, провоцирующие алкоголизм.

Признаки алкогольного опьянения. Как развивается алкогольная кома. Распространённые причины смерти в состоянии алкогольной комы.

Как оказать ПМП при алкогольной коме.

Как уберечься от похмельного синдрома.

Обсуждение: возможно ли безопасное потребление алкоголя.

**Тема VIII. «Изготовление наглядных пособий по оказанию первой медицинской помощи» - 4часа.**

Изготовление таблиц по оказанию ПМП при ранее рассмотренных случаях, презентаций ЗОЖ и других наглядных пособий.

**4. Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Наименование разделов и тем занятий** | **Количество часов** | | | | **Формы**  **контроля** |
| теория | практика | всего | |
|  | **I. Экстренная медицина. Общие понятия и определения.** | **1** | **1** | **2** | |  |
| 1.1  1.2 | Понятие об экстренной медицине. Значимость знаний и навыков по оказанию первой медицинской помощи.  Возможные случаи травмирования и болезненных состояний, при которых необходима неотложная медицинская помощь. | 1  - | -  1 |  | | Л  СЗ |
|  | **II. Оказание первой медицинской помощи при дорожно-транспортном происшествии.** | **4** | **5** | **9** | |  |
| 2.1  2.2  2.3  2.4  2.5  2.6  2.7  2.8    2.9 | Понятие дорожно-транспортного проис-шествия.  Основные причины авто-дорожных происшествий.  Основные виды травм при дорожном происшествии.  Основные причины гибели пострадавших в дорожных происшествиях и типичные ошибки при оказании первой помощи.  Оказание первой медицинской помощи при черепно-мозговой травме.  Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы и клинической смерти  Алгоритм действий после оживления.  Правила транспортировки пострадавшего.  Решение ситуативных задач. | -  -  1  1  1  1 | 1  1  -  2  1 |  | | СЗ  СЗ  Л  Л  ПР  Л  Л  ПР |
| № **п/п** | **Наименование разделов и тем занятий** | **Количество часов** | | | | **Формы**  **контроля** |
| теория | практика | | всего |
|  | **III. Оказание первой помощи при поражении электрическим током или молнии.** | **3** | **2** | | **5** |  |
| 3.1  3.2  3.3  3.4  3.5 | Основные причины поражения людей электрическим током или молнией.  Поражающее действие электрического тока.Типичные ошибки при оказании первой помощи.  Правила обесточивания и безопасного подхода в зону электри-ческого кратера.  Понятие о фибрилляции сердца и дефиб-рилляции.  Первая помощь при поражении электри-ческим током.  Решение ситуативных задач. | 1  -  1  1  - | -  1  -  -  1 | |  | Л  СЗ  Л  Л  ПР |
|  | **IV. Болезни сердечно-сосудистой системы человека.** | **2** | **1** | | **3** |  |
| 4.1  4.2  4.3 | Болезни цивилизации (гипертоническая болезнь, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца).  Современный взгляд на проблему роста сердечно-сосудистых заболеваний. Профилактика ССЗ.  ПМП при резком скачке артериального давления. | 1  1  - | -  -  1 | |  | Л  Л  ПР |
|  | **V. Влияние внешних факторов на здоровье человека (эко - безопасность)** | **2** | **1** | | **3** |  |
| 5.1  5.2 | Проблемы экологии. Среда обитания и здоровье.  Влияние факторов среды на здоровье: химические и биологические загрязнители, естественные шумы, погодные и сезонные изменения, питание, адаптация. | 1  1 | -  1 | |  | Л  Л |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Наименование разделов и тем занятий** | **Количество часов** | | | **Формы**  **контроля** |
| теория | практика | всего |
| 5.3 | Как приспособиться и адаптироваться к изменяющимся условиям внешней среды. | - | 1 |  | ПР |
|  | **VI. Пагубность вредных привычек.** | **2** | **2** | **4** |  |
| 6.1  6.2  6.3  6.4 | Вредные привычки и факторы зависимости.  Возраст и наркотики. Патология личности.  Как оказать первую помощь при токсичном отравлении.  ПМП при токсичном отравлении. | 1  -  1  - | -  1  -  1 |  | Л  ПР  Л  СЗ |
|  | **VII. Оказание первой медицинской помощи при алкогольном отравлении.** | **2** | **2** | **4** |  |
| 7.1  7.2  7.3  7.4 | Причины алкоголизма и механизм развития алкогольной зависимости. Влияние алкоголя на организм.  Патологические изменения личности при злоупотреблении алкоголем. Обстоятель-ства алкоголизма.  Признаки алкогольного опьянения. Развитие алкогольной комы. Первая помощь при алкогольном опьянении.  Безопасное потребление алкогольных напитков. | 1  -  1  - | -  1  -  1 |  | Л  СЗ  Л  КС |
|  | **VIII. Изготовление наглядных пособий по оказанию первой медицинской помощи.** | **-** | **4** | **4** | ПР |
| **Итого: 34 часа** | | | | | |

Примечания: Л – лекция СЗ – семинарское занятие ПР – практическая работа

КС – «круглый стол»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор

МБОУ «Барановская СОШ»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Сухотерина И.Б.)

Приказ №\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г.

**Календарно- тематическое планирование курса внеурочной деятельности**

**«Первая помощь»,** **структурного подразделения**

**«ТОЧКА РОСТА»**

**для 6 класс на 2022-2023 учебный год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятий | Количество  часов | Даты | |
| план | факт |
|  | **I. Экстренная медицина. Общие понятия и определения.** | **2** |  |  |
| 1 | Понятие об экстренной медицине. Значимость знаний и навыков по оказанию первой медицинской помощи. | 1 |  |  |
| 2 | Возможные случаи травмирования и болезненных состояний, при которых необходима неотложная медицинская помощь. | 1 |  |  |
|  | **II. Оказание первой медицинской помощи при дорожно-транспортном происшествии.** | **9** |  |  |
| 3 | Понятие дорожно-транспортного проис-шествия. | 1 |  |  |
| 4 | Основные причины авто-дорожных происшествий. | 1 |  |  |
| 5 | Основные виды травм при дорожном происшествии. | 1 |  |  |
| 6,7,8 | Основные причины гибели пострадавших в дорожных происшествиях и типичные ошибки при оказании первой помощи. | 1 |  |  |
| 9,10 | Оказание первой медицинской помощи при черепно-мозговой травме.  Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы и клинической смерти | 2 |  |  |
| 11 | Алгоритм действий после оживления.  Правила транспортировки пострадавшего.  Решение ситуативных задач. | 1 |  |  |
|  | **III. Оказание первой помощи при поражении электрическим током или молнии.** | **5** |  |  |
| 12 | Основные причины поражения людей электрическим током или молнией. | 1 |  |  |
| 13 | Поражающее действие электрического тока.Типичные ошибки при оказании первой помощи. | 1 |  |  |
| 14 | Правила обесточивания и безопасного подхода в зону электри-ческого кратера. | 1 |  |  |
| 15 | Понятие о фибрилляции сердца и дефиб-рилляции. | 1 |  |  |
| 16 | Первая помощь при поражении электри-ческим током.  Решение ситуативных задач. | 1 |  |  |
|  | **IV. Болезни сердечно-сосудистой системы человека.** | **3** |  |  |
| 17 | Болезни цивилизации (гипертоническая болезнь, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца). | 1 |  |  |
| 18 | Современный взгляд на проблему роста сердечно-сосудистых заболеваний.  Профилактика ССЗ. | 1 |  |  |
| 19 | ПМП при резком скачке артериального давления. | 1 |  |  |
|  | **V. Влияние внешних факторов на здоровье человека (эко - безопасность)** | **3** |  |  |
| 20 | Проблемы экологии. Среда обитания и здоровье. | 1 |  |  |
| 21 | Влияние факторов среды на здоровье: химические и биологические загрязнители, естественные шумы, погодные и сезонные изменения, питание, адаптация. | 1 |  |  |
| 22 | Как приспособиться и адаптироваться к изменяющимся условиям внешней среды. | 1 |  |  |
|  | **VI. Пагубность вредных привычек.** | **4** |  |  |
| 23 | Вредные привычки и факторы зависимости. | 1 |  |  |
| 24 | Возраст и наркотики. Патология личности. | 1 |  |  |
| 25 | Как оказать первую помощь при токсичном отравлении. | 1 |  |  |
| 26 | ПМП при токсичном отравлении. | 1 |  |  |
|  | **VII. Оказание первой медицинской помощи при алкогольном отравлении** | **4** |  |  |
| 27 | Причины алкоголизма и механизм развития алкогольной зависимости. Влияние алкоголя на организм. | 1 |  |  |
| 28 | Патологические изменения личности при злоупотреблении алкоголем. Обстоятель-ства алкоголизма. | 1 |  |  |
| 29 | Признаки алкогольного опьянения. Развитие алкогольной комы. Первая помощь при алкогольном опьянении. | 1 |  |  |
| 30 | Безопасное потребление алкогольных напитков. | 1 |  |  |
| 31,32,  33,34 | **VIII. Изготовление наглядных пособий по оказанию первой медицинской помощи.** | **4** |  |  |

Итого: 34 часа