

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет по образованию Родинского района

МБОУ РСОШ №1

Принято решением

Педагогического совета

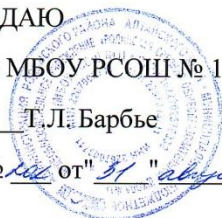
№ 1 от "31" августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ РСОШ №1

 Т.Л. Барбье

Приказ № 144 от "31" августа 2023



Дополнительная общеразвивающая программа

**«Формула безопасности: научись спасать жизнь»**

Возраст учащихся: 5-8 класс

Срок реализации: 1 год

Составитель:

педагог Центра цифрового и гуманитарного профилей

«Точка роста»

Пипченко Иван Александрович

с. Родино  
2023 год

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа составлена в соответствии с дополнительной общеразвивающей программой курса «Формула безопасности: научись спасать жизнь», КАУ ДПО «Алтайский институт развития образования имени А.М.Топорова», Барнаул, 2020.

**Целью изучения данной программы** является формирование и совершенствование у обучающихся компетенции в области оказания первой помощи при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях, угрожающих жизни и здоровью.

### **Задачи программы:**

личностные - формирование гражданской позиции по необходимости оказания первой помощи пострадавшим, личностной культуры допсихологической поддержки при оказании первой помощи, навыков активной общественной профилактики экстремальных ситуаций в окружающем пространстве;

метапредметные - развитие познавательного интереса к методам и средствам оказания первой помощи и допсихологической поддержки и потребности в развитии навыков оказания первой помощи; навыков организационно-проектировочной деятельности в условиях экстремальных ситуаций;

образовательные (предметные) – формирование нормативно-правовой компетенции в области ответственности за эффективность своих действий, приобретение практических компетенций по оказанию первой помощи и допсихологической поддержки.

Программа рассчитана на 68 часов (2 часа в неделю). Реализация программы осуществляется в течение одного календарного года. Программам составлена для учащихся **8 - 11** классов общеобразовательной школы.

### **Планируемые результаты.**

Планируемые результаты определяются на основе требований к знаниям и умениям, которые обучающиеся приобретают в процессе занятий по программе.

#### **Обучающиеся должны знать:**

- общие положения, касающиеся первой помощи и основные понятия, ее определяющие, в том числе права и обязанности по оказанию первой помощи;
- организационно-правовые аспекты оказания первой помощи;
- состояния, при которых оказывается первая помощь, ее основные мероприятия;
- общую последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших;
- внешние факторы, создающие опасности при оказании первой помощи;
- способы переноски и транспортировки пострадавших;
- порядок вызова скорой (доврачебной) медицинской помощи;
- признаки отсутствия сознания и дыхания,
- правила оказания первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения,
- правила проведения сердечно-легочной реанимации;
- признаки острой непроходимости дыхательных путей,
- правила оказания первой помощи при инородных телах верхних дыхательных путей;
- правила проведения обзорного осмотра и оказания первой помощи при наружных кровотечениях;
- правила подробного осмотра пострадавшего на наличие травм и повреждений;
- правила оказания первой помощи при травмах различных областей тела;
- правила транспортной иммобилизации;
- признаки ожогов и других эффектов воздействия высоких температур и правила оказания первой помощи;
- признаки отморожений и других эффектов воздействия низких температур и правила

оказания первой помощи;

- признаки отравлений и правила оказания первой помощи.

**Обучающиеся должны уметь:**

- определять угрожающие факторы для собственной жизни и здоровья;
- определять угрожающие факторы для жизни и здоровья пострадавшего и окружающих;
- устранять угрожающие факторы для жизни и здоровья;
- прекращать действие повреждающих факторов на пострадавшего;
- оценивать количество пострадавших;
- извлекать пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест;
- применять различные способы переноски и перемещения, пострадавших одним, двумя или более участников оказания первой помощи;
- вызывать скорую медицинскую помощь, другие специальные службы, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь;
- использовать штатные (аптечки первой помощи) и подручные средства оказания первой помощи;
- определять наличие сознания у пострадавшего;
- открывать дыхательные пути запрокидыванием головы с подъемом подбородка, выдвижением нижней челюсти;
- определять наличие дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;
- определять наличие кровообращения, проверять наличие пульса на магистральных артериях;
- осуществлять давление руками на грудину пострадавшего;
- проводить искусственное дыхание "Рот ко рту", "Рот к носу", с использованием устройства для искусственного дыхания;
- обеспечивать проходимость верхних дыхательных путей, приданием устойчивого бокового положения;
- проводить удаление инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего;
- проводить обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений;
- определять признаки кровопотери;
- владеть приемами временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение жгута или жгута-закрутки, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки;
- проводить подробный осмотр и опрос пострадавшего: головы, шеи, груди, спины, живота и таза, конечностей;
- оказывать первую помощь при ранениях различной локализации;
- накладывать повязки на различные участки тела;
- накладывать окклюзионную (герметизирующую) повязку на грудную клетку;
- проводить иммобилизацию (аутоиммобилизация, с помощью подручных средств, с использованием изделий медицинского назначения);
- фиксировать шейный отдел позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием табельных изделий медицинского назначения);
- прекращать воздействие опасных химических веществ на пострадавшего (промывание желудка путем приема воды и вызывания рвоты, удаление с поврежденной поверхности и промывание поврежденной поверхности проточной водой);
- применять местное охлаждение при травмах, термических ожогах и иных воздействиях высоких температур или теплового излучения;
- применять термоизоляцию при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур;
- придавать пострадавшему оптимальное положение тела;
- контролировать состояние пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение);
- оказывать психологическую поддержку пострадавшему;
- передавать пострадавшего бригаде специализированной помощи, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь.

Изучение программы обеспечивает достижение **личностных и метапредметных** результатов:

***Личностные результаты:***

- становление собственного представления о целостности окружающего мира;
- осознание личностной позиции по мере расширения своего жизненного опыта;
- приобретение опыта участия в делах, приносящих пользу людям;
- самостоятельность противостояния ситуациям, провоцирующим на поступки, которые угрожают безопасности и здоровью;
- расширение знаний основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;
- реализация установок здорового образа жизни;
- убежденность в необходимости освоения методов и способов оказания первой помощи.

***Метапредметные результаты:***

- самостоятельное определение личностно-необходимых, учебных и жизненных задач и определение объема и содержания знания, умения и навыков, необходимых для их решения;
- согласование и координация совместной познавательной-практической деятельности с другими ее участниками;
- умение оценить степень успешности своей индивидуальной образовательной деятельности;
- толерантное отношение к людям иных позиций и интересов, нахождение компромиссов;
- способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к здоровью своему и окружающих;
- умение логично обосновать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях;
- соблюдение правил работы с оборудованием.
- использование знаний первой помощи в повседневной жизни.

## **Содержание программы**

### ***Тема 1. Общие понятия первой помощи (4 часа)***

#### **Теоретическое занятие по теме 1. (2 час)**

Организация оказания первой помощи в Российской Федерации. Нормативно-правовая база, определяющая права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи.

Понятие «первая помощь». Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, перечень мероприятий по ее оказанию.

Современные наборы средств и устройств, используемые для оказания первой помощи (аптечка первой помощи (автомобильная), аптечка для оказания первой помощи работникам и др.) Основные компоненты, их назначение.

#### **Практическое занятие по теме 1. (2 час)**

Составление графической карты «Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших». Разработка модели «Соблюдение правил личной безопасности и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи (возможные факторы риска, их устранение)». Составление алгоритма «Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся при непосредственном контакте с человеком, его кровью и другими биологическими жидкостями».

Проведение ролевой игры «Как вызвать помощь?» по формированию навыков и правил вызова скорой медицинской помощи и других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь.

***Тема 2. Сердечно-легочная реанимация. (6 часов) Первая помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути. (4 часа)***

### Теоретическое занятие по теме 2. (2 час)

Основные признаки жизни у пострадавшего. Причины нарушения дыхания и кровообращения. Способы проверки сознания, дыхания, кровообращения у пострадавшего.

Современный алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации (СЛР). Техника проведения искусственного дыхания и давления руками на грудину пострадавшего.

Ошибки и осложнения, возникающие при выполнении реанимационных мероприятий. Показания к прекращению СЛР. Мероприятия, выполняемые после прекращения СЛР.

Особенности СЛР у детей.

Порядок оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом у пострадавших в сознании, без сознания. Особенности оказания первой помощи тучному пострадавшему.

### Практическое занятие по теме 2. (2 часа)

Практические упражнения в групповой форме (2 час):

- «Оценка обстановки на месте происшествия»,
- «Определение сознания у пострадавшего»,
- «Приёмы восстановления проходимости верхних дыхательных путей»,
- «Оценка признаков жизни у пострадавшего»,
- «Способы и средства вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб».

Практические упражнения с использованием специальных средств в индивидуальном (парном) составе (2 часа):

- «Приёмы искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств для искусственного дыхания»,
- «Приёмы давления руками на грудину пострадавшего»,
- «Перевод пострадавшего в устойчивое боковое положение».
- «Выполнение полного алгоритма сердечно-легочной реанимации».
- «Приемы удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего».

### ***Тема 3. Первая помощь при кровотечениях. (8 часов)***

#### Теоретическое занятие по теме 3. (4 часа)

Цель и порядок выполнения обзорного осмотра пострадавшего.

Понятия «кровотечение», «острая кровопотеря». Признаки различных видов наружного кровотечения (артериального, венозного, капиллярного, смешанного). Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки.

Оказание первой помощи при носовом кровотечении.

Понятие о травматическом шоке, причины и признаки. Мероприятия, предупреждающие развитие травматического шока.

Цель и последовательность подробного осмотра пострадавшего. Основные состояния, с которыми может столкнуться участник оказания первой помощи.

Травмы головы. Оказание первой помощи. Особенности ранений волосистой части головы. Особенности оказания первой помощи при травмах глаза и носа.

Травмы шеи, оказание первой помощи. Остановка наружного кровотечения при травмах шеи. Фиксация шейного отдела позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием медицинских изделий).

Травмы груди, оказание первой помощи. Основные проявления травмы груди, особенности наложения повязок при травме груди, наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки. Особенности наложения повязки на рану груди с инородным телом.

Травмы живота и таза, основные проявления. Оказание первой помощи.

Закрытая травма живота с признаками внутреннего кровотечения. Оказание первой помощи. Особенности наложения повязок на рану при выпадении органов брюшной полости, при наличии инородного тела в ране.

Травмы конечностей, оказание первой помощи. Понятие «иммобилизация». Способы иммобилизации при травме конечностей.

Травмы позвоночника. Оказание первой помощи.

#### Практическое занятие по теме 3. (4 часа)

Практические упражнения в групповой форме:

- «Проведение обзорного осмотра пострадавшего»,
- «Проведение подробного осмотра пострадавшего»,
- «Остановка наружного кровотечения при ранении головы, шеи, груди, живота, таза и конечностей с помощью пальцевого прижатия артерий (сонной, подключичной, подмышечной, плечевой, бедренной);
- «Наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки»,
- «Наложение повязок при наличии инородного предмета в ране живота, груди, конечностей»

Практические упражнения с использованием специальных средств в индивидуальном (парном) составе:

- «Приёмы первой помощи при переломах. Иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация, с использованием медицинских изделий)»,
- «Приемы фиксации шейного отдела позвоночника»,
- «наложение табельного и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня)»,
- «Наложение давящей повязки».

***Тема 4. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата и мягких тканей.***

***(4 часа).***

Первая помощь при травмах конечностей.

Правила иммобилизации (обездвиживание).

***Тема 5. Первая помощь при отравлениях, укусах змей, насекомых, собак, аллергических реакциях. (6 часов).***

Первая помощь при отравлениях при поступлении токсичного вещества через рот. Первая помощь при отравлениях укусов змей, насекомых, собак, аллергических реакциях.

***Тема 6. Первая помощь при термической травме. (6 часов)***

Теоретическое занятие по теме 4. (3 час)

Виды ожогов, их признаки. Понятие о поверхностных и глубоких ожогах. Ожог верхних дыхательных путей, основные проявления. Оказание первой помощи.

Перегревание, факторы, способствующие его развитию. Основные проявления, оказание первой помощи.

Холодовая травма, ее виды. Основные проявления переохлаждения (гипотермии), отморожения, оказание первой помощи.

Отравления, пути попадания ядов в организм. Признаки острого отравления. Оказание первой помощи при попадании отравляющих веществ в организм через дыхательные пути, пищеварительный тракт, через кожу.

Практическое занятие по теме 4.( 3 час)

Практические упражнения в групповой форме:

- «Наложение повязок при ожогах различных областей тела. Применение местного охлаждения»,
- «Наложение термоизолирующей повязки при отморожениях».

***Тема 7. Оптимальное положение тела пострадавшего и допсихологическая поддержка ( 4 часа)***

Теоретическое занятие по теме 5.

Цель и принципы придания пострадавшим оптимальных положений тела. Оптимальные положения тела пострадавшего с травмами груди, живота, таза, конечностей, с потерей сознания, с признаками кровопотери.

Способы контроля состояния пострадавшего, находящегося в сознании, без сознания.

Психологическая поддержка. Цели оказания психологической поддержки. Общие принципы общения с пострадавшими, простые приемы их психологической поддержки.

Принципы передачи пострадавшего бригаде специализированных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь.

Практическое занятие по теме 5.( 4 часа)

Проведение ролевой игры «Место происшествия» по экстренному извлечению пострадавшего из труднодоступного места с отработкой основных приёмов (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания).

Практические упражнения в группой форме:

- «Оптимальное положение тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной кровопотере»,

- «Приёмы перемещения пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи»,

- «Отработка приемов переноски пострадавших с травмами головы, шеи, груди, живота, таза, конечностей и позвоночника»,

- Ролевая игра «Как поддержать пострадавшего» по оказанию допсихологической поддержки пострадавшим при различных острых стрессовых реакциях.

- Практические упражнения в индивидуальной форме «Способы самопомощи в экстремальных ситуациях».

### ***Тема 8. Решение ситуационных задач.(8 часов)***

#### **Практическое занятие по теме 6.( 8 часа)**

Решение ситуационных задач с использованием наглядных пособий и условных пострадавших.

### ***Тема 9. Состав аптечек. (автомобильной и др.) (2 часа)***

Состав аптечек. (автомобильной и др.)

## Тематический план, 68 часов

№ п/п	Название раздела, темы	Количество во часов
		Всего
1	Общие понятия о первой помощи	4
2	Основные анатомии и физиологии человека	4
3	Первая помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути	4
4	Сердечно-легочная реанимация	6
5	Первая помощь при потере сознания	4
6	Первая помощь при кровотечениях	8
7	Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата и мягких тканей	4
8	Первая помощь при отравлениях, укусах змей, насекомых, собак, аллергических реакциях	6
9	Первая помощь при термической травме	6
10	Первая помощь при утоплении, электротравме	4
11	Оптимальное положение тела пострадавшего и психологическая поддержка	4
12	Способы транспортировки пострадавших	4
13	Состав аптечек первой помощи	2
14	Решение ситуационных задач	8
Итого		68



## Календарно-тематическое планирование, 68 часов

№ п/п	Наименование тем	Кол-во часов		
		всего	теор етич ес ких	практ ически х
<b>Общие понятия о первой помощи (4 часа)</b>				
1	Правовые вопросы и понятие безопасности оказания первой помощи	2	2	
2	Основные принципы оказания первой помощи и последовательность действий при ее оказании	2	2	
<b>Основные анатомии и физиологии человека (4 часа)</b>				
3	Понятия и виды смерти	1	1	
4	Последствия нарушений сердечной и дыхательной деятельности	3	3	
<b>Первая помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути (4 часа)</b>				
5	Удаление инородного тела из дыхательных путей	2	1	1
6	Первая помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути	2	1	1
<b>Сердечно-легочная реанимация (6 часов)</b>				
7	Правила определения наличия сознания и самостоятельного дыхания.	2	1	1
8	Правила проведения надавливаний на грудную клетку	2	1	1
9	Последовательность проведения искусственного дыхания.	2	1	1
<b>Первая помощь при потере сознания (4 часа)</b>				
10	Первая помощь при потере сознания	2	1	1
11	Первая помощь при черепно-мозговой травме, травме головы, остром нарушении мозгового кровообращения.	2	1	1
<b>Первая помощь при кровотечениях (8 часов)</b>				
12	Первая помощь при капиллярном кровотечении	2	1	1
13	Первая помощь при венозном кровотечении	2	1	1
14	Первая помощь при артериальном кровотечении	2	1	1
15	Первая помощь при кровотечениях (носовые кровотечения)	2	1	1
<b>Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата и мягких тканей (4 часа)</b>				
16	Первая помощь при травмах конечностей	2	1	1
17	Правила иммобилизации (обездвиживания)	2	1	1
<b>Первая помощь при отравлениях, укусах змей, насекомых, собак, аллергических реакциях (6 часов)</b>				
18	Первая помощь при отравлениях при поступлении токсичного вещества через рот.	2	1	1

19	Первая помощь при отравлениях, укусах ядовитых змей, насекомых, собак, аллергических реакциях	2	1	1
20	Первая помощь при поступлении токсичного вещества через дыхательные пути.	2	1	1
<b>Первая помощь при термической травме (6 часов)</b>				
21	Первая помощь при термических ожогах	2	1	1
22	Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе	2	1	1
23	Первая помощь при обморожениях, при общем переохлаждении	2	1	1
<b>Первая помощь при утоплении, электротравме ( 4 часа)</b>				
24	Первая помощь при утоплении	2	1	1
25	Первая помощь при электротравме	2	1	1
<b>Оптимальное положение тела пострадавшего и психологическая поддержка (4 часа)</b>				
26	Психологическая поддержка	2	1	1
27	Оптимальное положение тела	2	1	1
<b>Способы транспортировки пострадавших (4 часа)</b>				
28	Способы переноса пострадавших из места поражения	2	1	1
29	Перенос пострадавшего на носилках, с использованием подручных средств.	2	1	1
<b>Состав аптечек первой помощи (2часа)</b>				
30	Состав аптечек первой помощи (автомобильной и др.)	2	1	1
<b>Решение ситуационных задач (8часов)</b>				
31	Ситуационные задачи	2		2
32	Ситуационные задачи	2		2
33	Ситуационные задачи	2		2
34	Ситуационные задачи	2		2
<b>Итого</b>		<b>68</b>	<b>34</b>	<b>34</b>

## **Материально-техническое обеспечение**

Реализация программы курсов требует наличия следующих материально технических средств:

Наглядные пособия (плакаты, схемы, фотографии, фотоснимки, рентгеновские снимки, таблицы, диаграммы);

Симуляционные пособия:

- 

Мужской торс с головой для осуществления сердечно-легочной реанимации

- 

Тренажер первой помощи при аспирации у взрослого

- 

Набор моделей ран

- 

Расходный материал для тренажеров

- 

Аптечки первой помощи (автомобильная, для оказания первой помощи работникам)

Технические средства обучения:

- 

компьютер (проектор, система Интернет);

- 

информационный

фонд

(лазерные

диски,

телепрограммы,

диафильмы,

контролирующие

программы,

обучающие

программы,

электронные

учебники,

пособия, презентации).