



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Сертификат: 009e50785c994c4fa0
Владелец: Ежкова Ирина Борисовна
Директор ГБОУ СОШ №188

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Я и окружающие» для обучающихся 5-6 класса составлена с использованием нормативно-правовой базы:

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования;
- «Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России»;
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Закон РФ «Об образовании» от 29.12.12 № 273-ФЗ ст. 32 «Компетенции и ответственность образовательного учреждения» (п. 67);
- СанПин 2.4.2.2821-10, зарегистрированный в МинГОСТе России 29.12.2010, регистрационный № 189;
- Учебный план ГБОУ СОШ № 188 с углублённым изучением мировой художественной культуры Красногвардейского района Санкт-Петербурга на 2022-2023 учебный год;
- Положение о рабочей программе, разработанное в ГБОУ СОШ № 188 с углублённым изучением мировой художественной культуры Красногвардейского района Санкт-Петербурга;
- Устав образовательного учреждения ГБОУ СОШ № 188 с углублённым изучением мировой художественной культуры Красногвардейского района Санкт-Петербурга;
- Учебный план внеурочной деятельности ГБОУ СОШ №188;
- Положение о рабочей программе.

Особенности организации образовательного процесса

Образовательный процесс организуется в виде занятий, содержащих теоретическую и практическую части. Каждое занятие подразумевает теоретическое освоение и практическую отработку навыков оказания первой помощи в конкретных жизненных ситуациях.

Цель программы

Создание условий для развития навыков быстрых и правильных действий по оказанию первой помощи в условиях чрезвычайной ситуации.

Задачи

Обучающие:

- научить самостоятельно оценивать угрозу жизни и здоровью;
- дать основы теоретических знаний в области анатомии и физиологии, расширить и углубить знания учащихся, дополняющие школьную программу по биологии, анатомии, ОБЗР;
- научить принципам и правилам оказания первой помощи;
- научить основным практическим приемам оказания первой помощи.

Развивающие:

- развивать у школьников уверенность в своих силах, и готовность к оказанию первой помощи;
- развивать креативное, творческое мышление, способность использовать подручные материалы для оказания первой помощи;
- развивать умение видеть и предвидеть возможные угрожающие факторы, а также способы их избежать.

Воспитательные:

- способствовать формированию активной гражданской позицией и готовности действовать на благо общества;
- воспитывать чувство ответственности за свои действия, готовность принять решение и отвечать за него;
- способствовать формированию внимательного и бережного отношения к сохранению жизни и здоровья граждан, как ценности и национального достояния нашей страны;
- воспитывать любовь и уважение к прошлому и настоящему нашей Родины через изучение подвигов советских ученых в области медицины, спасателей и врачей, трудившихся в годы ВОВ и в наши дни;
- воспитывать позитивные коммуникативные способности личности в коллективе.

Объем учебных часов: 1 час в неделю, 34 часа в год

Режим занятия: 1 раз в неделю

Планируемые результаты

Личностные

- сформируется чувство ответственности за свои действия, готовность принять решение и отвечать за него;
- сформируется активная гражданская позиция и готовность действовать в ситуации, угрожающей жизни и здоровью окружающих;
- сформируется внимательное и бережное отношение не только к собственной жизни и здоровью, но и к жизни и здоровью всего общества и страны;
- возникнет чувство гордости и уважения к нашей стране и ее гражданам, внесшим собственный вклад в становление и развитие современной медицины и системы оказания первой помощи;
- сформируются позитивные коммуникативные способности личности в коллективе.

Метапредметные

- у учащихся появится мотивация к дальнейшему самосовершенствованию;
- учащиеся закрепят свои знания по основам анатомии и физиологии человека;
- учащиеся смогут адекватно анализировать чрезвычайную ситуацию и знать алгоритм правильных действий в случае ее возникновения;
- учащиеся будут более внимательно относиться своему здоровью и обеспечению само- и коллективной безопасности.

Предметные

- учащиеся познакомятся с нормативно- правовыми основами оказания первой помощи в Российской Федерации;
- учащиеся научатся способам обеспечения собственной безопасности на месте ЧС;
- учащиеся будут знать основные виды травм и их особенности;
- учащиеся смогут вызвать бригаду СМП, а также научатся правилам сопровождения и поддержки пострадавшего после оказания первой помощи до прибытия квалифицированных специалистов;
- учащиеся научатся приемам, встречающимся в первой помощи при различных видах травм и повреждений.

Содержание

1. Вводное занятие. Охрана труда. Юридические аспекты оказания первой помощи.

Теория: Охрана труда, техника безопасности на занятиях, на улице, в транспорте, инструкции, правила внутреннего распорядка и т.д. Исторический обзор развития медицины и первой помощи в мире, в России. Медицина нового времени. Развитие естествознания и медикобиологических наук. Основные законы в Российской Федерации, регламентирующие оказание первой помощи. Что такое первая помощь. Кто имеет ли право оказывать первую помощь. Кто обязан оказывать первую помощь пострадавшим. Ответственность за неоказание первой помощи.

2. Основы безопасности оказания первой помощи

Соблюдение правил личной безопасности и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи (возможные факторы риска, их устранение)

3. Основы анатомии и физиологии.

Теория. "Золотой век" русской медицины: великие врачи России. Понятие об анатомии и физиологии человека. Учение о тканях. Понятие об органе и системах органов человека. Опорно-двигательный аппарат. Внутренняя среда организма. Система крови. Иммунная система человека. Система управления в организме. Физиологические основы процессов регуляции.

1. Универсальный алгоритм оказания первой помощи. Последовательность действий при оказании первой помощи.

2. Практическое занятие.

Отработка алгоритма оказания ПП

3. Ответственность за неоказание первой помощи.

Уголовная и административная ответственность. Разбор случаев.

4. Телефоны экстренных служб. Правила вызова.

Разбор ситуаций.

8. Портативная аптечка.

Теория. Принципы формирования, упаковка и компартиментализация, основные материалы, инструменты, лекарственные средства, разрешенные к применению в ОУ, понятие о синонимах и взаимозаменяемых средствах.

9. Практическое занятие "Собери аптечку"

Практика. Самостоятельная работа: сформировать из предложенного разнообразия предметов и упаковать аптечку для конкретного события; проверка, обсуждение.

10. Оценка состояния пострадавшего

Теория. Основной алгоритм первой помощи и важность его соблюдения.

Основные правила проведения первичного осмотра пострадавшего и выявление жизнеугрожающих состояний. Правила последовательности проведения вторичного осмотра. Вызов СМП.

11. Практическое занятие. Первичный контакт с пострадавшим

Практика. Практикум, игра «Контакт с пострадавшим», решение ситуационных задач.

12. Виды травм

Описание возможных травм и причин их получения.

Изолированная травма. Множественная травма. Сочетанная травма.

Комбинированная травма.

13. Базовая сердечно-легочная реанимация

Теория. Основные особенности проведения реанимационных мероприятий на месте ЧС. Обеспечение безопасности на месте ЧС. Проверка сознания, дыхания у пострадавшего, правило «вижу-слышу-ощущаю». Алгоритм проведения СЛР. Основные ошибки при проведении СЛР. Приведение пострадавшего в восстановительное положение.

14. Практическое занятие. СЛР

Практика: Отработка навыков работы с пострадавшим при отсутствии сознания, дыхания, приведения пострадавшего в восстановительное положение. Решение ситуационных задач. Игра «Человек без сознания».

15. Дефибриллятор. Правила использования.

Алгоритм действий

16. Практическое занятие. Устойчивое боковое положение

Демонстрация и отработка.

17. Первая помощь при сотрясении мозга и потере сознания.

Теория. Определение бессознательного состояния. Сотрясение мозга. Признаки сотрясения мозга. Алгоритм оказания первой помощи при потере сознания. Принципы оказания первой помощи при потере сознания. Алгоритм оказания первой помощи при сотрясении мозга.

18. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихе.

Теория. Закрытые повреждения: понятие, виды закрытых травм: ушибы мягких тканей, вывих, растяжение и разрыв связок, перелом. Первая помощь при закрытых травмах и повреждениях.

19. Первая помощь при кровотечении.

Теория. Виды ранений. Кровотечения при травматических повреждениях. Признаки кровопотери. Алгоритм оценки вида кровотечения и оказания первой помощи. Способы остановки кровотечений. Правила наложения давящей повязки. Жгут – его разновидности и правила применения.

20. Практическое занятие. Пп при кровотечениях.

Практика. Остановка кровотечений – наложение давящей повязки. Наложение основных типов и видов повязок. Решение ситуационных задач. Тестирование.

21. Первая помощь при переломах.

Теория. Понятие и виды переломов, причины переломов. Алгоритм и принципы оказания первой помощи при переломах. Применение подручных средств для иммобилизации пострадавшего.

22. Практическое занятие. ПП при переломах

Практика: Отработка навыков оказания первой помощи при переломе. Решение ситуационных задач.

23. Первая помощь при укусе змеи, клеща, насекомых

Теория. Ядовитые и не ядовитые змеи, особенности их укуса. Алгоритм и принципы оказания первой помощи при укусе змеи, клеща, насекомых.

Практика. Оказание помощи при укусе змеи, клеща, осы, практическая отработка друг на друге. Решение ситуационных задач.

24. Первая помощь при ожогах и обморожениях.

Теория. Понятие ожог. Степени ожогов. Площадь поражения. Понятие обморожение. Степени обморожения. Алгоритм оказания первой помощи при ожоге. Алгоритм оказания первой помощи при обморожении.

Практика. Отработка навыков оказания первой помощи при ожоге, при обморожении. Решение ситуационных задач. Тестирование.

25. Первая помощь при тепловом ударе и электротравме.

Теория. Тепловой и солнечный удар: различия причин, признаков и помощи. Тепловой удар. Признаки теплового удара. Принципы оказания первой помощи тепловом ударе. Электротравма. Обеспечение собственной безопасности при электротравме. Алгоритм оказания первой помощи при электротравме.

Практика. Отработка навыков оказания первой помощи при тепловом ударе, при электротравме. Игра «Высокое напряжение». Решение ситуационных задач.

26. Первая помощь при отравлении

Теория. Причины и виды отравлений, клиническая картина. Алгоритм и способы оказания первой помощи пострадавшему при различных видах отравлений.

Практика. Отработка навыков оказания первой помощи при отравлении.

Тестирование. Решение ситуационных задач.

27. Первая помощь при удушье

Правила ПП при удушье. Алгоритм действия. Разбор ситуаций.

28. Практическое занятие. Отработка навыков. Ролевые игры и симуляции

29. Отработка всех навыков в комплексе

Повторение пройденного материала.

30. Практическое занятие. Разбор ситуаций от учащихся

31. Тактика ведения пострадавшего после оказания первой помощи

Теория: Правила вызова СМП. Контроль за состоянием пострадавшего, находящегося в восстановительном положении до прибытия бригады СМП.

Стресс у пострадавшего, понятие, механизм развития, последствия.

Психологическая поддержка пострадавшего, находящегося в стрессовом состоянии.

32. Транспортировка пострадавшего

Теория. Эвакуация пострадавшего с места происшествия до оказания первой помощи. Правила транспортировки пострадавшего после оказания первой помощи. Особенности транспортировки пострадавшего с различными видами травм и повреждений. Прием «Ирландский мост», захват Раутека, перенос на руках одним или несколькими людьми, оказывающими помощь. Сооружение носилок из подручных средств и способы переноса на них пострадавшего.

Практика: отработка способов транспортировки пострадавшего при разных видах травм. Игровой практикум. Большая тренировочная игра «Первая помощь».

33. Завершение курса. Подведение итогов.

Повторение и отработка полученных знаний.

34. Итоговое занятие

Практика. Зачетный практикум. Решения ситуации по первой помощи в условиях, приближенных к реальным.

Учебно-методический комплекс

Основная литература

1. 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.

Календарно-тематический план

№ п/ п	Название раздела/темы	Количество часов			Даты занятий	
		всего	теори я	практи ка		
5.	Вводное занятие. Охрана труда.Юридические аспекты оказания первой помощи.	1	1	0	Сентябрь	
6.	Основы безопасности оказания первой помощи	1	1	0	Сентябрь	
7.	Основы анатомии и физиологии	1	1	0	Сентябрь	
4	Универсальный алгоритм оказания первой помощи	1	1	0	Сентябрь	
5	Практическое занятие. Отработка алгоритма оказания ПП	1	0	1	Сентябрь	
6	Ответственность за неоказание первой помощи	1	1	0	Октябрь	
7	Телефоны экстренных служб. Правила вызова	1	1	0	Октябрь	
8	Портативная аптечка	1	1	0	Октябрь	
9	Практическое занятие "Собери аптечку"	1	0	1	Ноябрь	
10	Оценка состояния пострадавшего	1	1	0	Ноябрь	
11	Практическое занятие. Первичный контакт с пострадавшим	1	0	1	Ноябрь	
12	Виды травм	1	1	0	Ноябрь	
13	Базовая сердечно-легочная реанимация	1	1	0	Декабрь	
14	Практическое занятие "Собери аптечку"	1	0	1	Декабрь	
15	Оценка состояния пострадавшего	1	1	0	Декабрь	
16	Практическое занятие. Устойчивое боковое положение	1	0	1	Декабрь	

17	Первая помощь при сотрясении мозга и потере сознания	1	1	0	Январь	
18	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихе	1	1	0	Январь	
19	Первая помощь при кровотечениях	1	1	0	Январь	
20	Практическое занятие. Пп при кровотечениях.	1	0	1	Февраль	
21	Первая помощь при переломах	1	1	0	Февраль	
22	Практическое занятие. ПП при переломах	1	0	1	Февраль	
23	Первая помощь при укусе змеи, клеща, насекомых	1	1	0	Февраль	
24	Первая помощь при ожогах и обморожениях	1	1	0	Март	
25	Первая помощь при тепловом ударе и электротравме	1	1	0	Март	
26	Первая помощь при отравлении	1	1	0	Март	
27	Первая помощь при удушье	1	1	0	Апрель	
28	Практическое занятие. Отработка навыков. Ролевые игры и симуляции	1	0	1	Апрель	
29	Отработка всех навыков в комплексе	1	0	1	Апрель	
30	Практическое занятие. Разбор ситуаций от учащихся	1	0	1	Апрель	
31	Тактика ведения, пострадавшего после оказания ПП	1	1	0	Май	
32	Транспортировка пострадавшего	1	1	0	Май	
33	Завершение курса. Подведение итогов.	1	1	0	Май	
34	Итоговое занятие	1	1	0	Май	
Итого часов		34	24	10		