

муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 1 города Мирного Архангельской области

УТВЕРЖДЕНА  
приказом директора МБОУ СОШ № 1  
от «30» августа 2024 г. № 112о

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ»  
ДЛЯ 10-11 КЛАССОВ  
с использованием оборудования центра «Точка роста»**

Мирный, 2024

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности является составной частью основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ СОШ № 1.

Рабочая программа разработана на основе программы элективного курса «Оказание первой помощи» Автор: Л. И. Дежурный/ Сборник примерных рабочих программ. Элективные курсы для профильной школы : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / [Н. В. Антипова и др.]. — М.: Просвещение, 2019. — 187 с.— (Профильная школа).

Курс «Оказание первой помощи» направлен на углубление метапредметных результатов, благодаря чему по окончании школы ученик будет иметь чёткое представление о том, что такое первая помощь, кому и почему он должен её оказывать и как это грамотно сделать. Таким образом, школа не может и не должна оставаться в стороне от решения задач повышения количественных и качественных показателей оказания первой помощи. Сегодня роль школы в формировании у молодого человека ценностных ориентиров, активной гражданской позиции является неоспоримой. Закон «Об образовании в Российской Федерации» трактует понятие «образование» не только как «знания, умения, навыки», но и как «ценностные установки», «опыт деятельности». Курс отвечает задачам социального направления профильной школы, нацеленного на формирование такой осознанной, инициативной, социально полезной деятельности, как оказание первой помощи. Он составлен с учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

**Цель:** получение учащимися знаний и навыков по оказанию первой помощи.

#### **Задачи:**

- способность выявлять состояния, при которых оказывается первая помощь;
- способность выполнять мероприятия по оказанию первой помощи.

Основные идеи курса — дать учащимся знания об организационно-правовых аспектах оказания первой помощи, о состояниях, при которых оказывается первая помощь, и мероприятиях оказания первой помощи пострадавшим; организовать процесс выполнения практических заданий, с помощью которого учащиеся смогут отработать мероприятия по оказанию первой помощи.

#### **Место курса в учебном плане**

На преподавание учебного курса «Оказание первой помощи» в 10-11 классах отводится 1 час в неделю на 2 года (68 часа в год).

Учебно-методическое обеспечение курса представлено учебным пособием «Оказание первой помощи. Пособие для учащихся 10-11 классов».

#### **Планируемые результаты освоения учебного курса**

В результате изучения курса «Оказание первой помощи» на уровне среднего общего образования:

##### Обучающийся научиться:

- 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 в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом;
- использовать штатные (аптечки первой помощи) и подручные средства оказания первой помощи;
- определять наличие сознания у пострадавшего.

Обучающийся получит возможность научиться:

- *остановить наружное кровотечение;*
- *проводить сердечно-лёгочную реанимацию;*
- *пользоваться индивидуальной аптечкой;*
- *проводить обработку ран, десмургию;*
- *проводить транспортную иммобилизацию.*

### **Содержание курса внеурочной деятельности «Оказание первой помощи»**

Название темы	Количество часов	Количество практических работ
Тема 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	4	
Тема 2. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	15	9
Тема 3. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях и травмах	15	7
Тема 4. Оказание первой помощи при прочих состояниях	26	9
Тема 5. Что необходимо знать для того, чтобы научить других оказывать первую помощь	8	
Всего	68	25

#### **Тема 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи (4 часа)**

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 её 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.

Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших.

Соблюдение правил личной безопасности и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи (возможные факторы риска, их устранение). Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся при непосредственном контакте с человеком, его кровью и другими биологическими жидкостями.

Основные правила вызова скорой медицинской помощи и других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь. Виды деятельности: интерактивная лекция, оценка результатов подготовки.

#### **Тема 2. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения (15 часов)**

Основные признаки жизни у пострадавшего. Причины нарушения дыхания и кровообращения. Способы проверки сознания, дыхания, кровообращения у пострадавшего. Отработка навыков оценки обстановки на месте происшествия. Отработка навыков определения сознания у пострадавшего. Отработка приёмов восстановления проходимости верхних дыхательных путей. Оценка признаков жизни у пострадавшего. Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб.

Современный алгоритм проведения сердечно-лёгочной реанимации (СЛР). Техника проведения искусственного дыхания и давления руками на грудину пострадавшего при проведении СЛР. Ошибки и осложнения, возникающие при выполнении реанимационных мероприятий. Показания к прекращению СЛР. Мероприятия, выполняемые после прекращения СЛР. Особенности СЛР у детей. Отработка приёмов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств для искусственного дыхания. Отработка приёмов давления руками на грудину пострадавшего. Выполнение алгоритма СЛР.

Отработка приёма перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение. 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, беременной женщине и ребёнку. Отработка приёмов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего. Виды деятельности: интерактивная лекция, практические занятия, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.

### **Тема 3. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях и травмах (15 часов)**

Цель и порядок выполнения обзорного осмотра пострадавшего. Отработка проведения 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.

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. Временная остановка наружного кровотечения при травмах шеи. Фиксация шейного отдела позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием медицинских изделий). Отработка приёмов фиксации шейного отдела позвоночника.

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. Отработка наложения окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки.

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. Отработка приёмов наложения повязок при наличии инородного предмета в ране живота, груди, конечностей.

Травмы конечностей, оказание первой помощи. Понятие «иммобилизация». Способы иммобилизации при травме конечностей. Отработка приёмов первой помощи при переломах. Иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация, с использованием медицинских изделий).

Травмы позвоночника. Оказание первой помощи. Виды деятельности: интерактивная лекция, практические занятия, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.

### **Тема 4. Оказание первой помощи при прочих состояниях (26 часов)**

Виды ожогов, их признаки. Понятие о поверхностных и глубоких ожогах. Ожог верхних дыхательных путей, основные проявления. Оказание первой помощи. Отработка приёмов наложения повязок при ожогах различных областей тела. Применение местного охлаждения.

Холодовая травма, её виды. Основные проявления переохлаждения (гипотермии), отморожения, оказание первой помощи. Отработка приёмов наложения термоизолирующей повязки при отморожениях.

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

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. Отработка приёмов придания оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной кровопотере. Отработка приёмов экстренного извлечения пострадавшего из труднодоступного места, отработка основных приёмов (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания).

Отработка приёмов перемещения пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи. Отработка приёмов переноски пострадавших с травмами головы, шеи, груди, живота, таза, конечностей и позвоночника. Психологическая поддержка.

Цели оказания психологической поддержки. Общие принципы общения с пострадавшими, простые приёмы их психологической поддержки. 688 Принципы передачи пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь. Виды деятельности: интерактивная лекция, практические занятия, решение ситуативных задач, оценка результатов подготовки.

#### **Тема 5. Что необходимо знать для того, чтобы научить других оказывать первую помощь (8 часов)**

Основные принципы проведения подготовки по оказанию первой помощи. Рекомендации для эффективного обучения.

Особенности проведения теоретических и практических занятий по оказанию первой помощи. Подготовка к обучению. Начало обучения. Проведение теоретического занятия по оказанию первой помощи. Основные этапы интерактивной лекции.

Проведение практического занятия по оказанию первой помощи. Основные этапы практического занятия. План-конспект практического занятия (на примере изученной темы «Современный алгоритм проведения сердечно-лёгочной реанимации (СЛР)»). План-конспект решения ситуационной задачи. Виды деятельности: интерактивная лекция, ролевая игра, оценка результатов подготовки.

### **Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Оказание первой помощи»**

№ п/п	Название темы
1	Нормативно-правовая база, определяющая права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи. Понятие «первая помощь»
2	Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, перечень мероприятий по её оказанию
3	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
4	Соблюдение правил личной безопасности и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи (возможные факторы риска, их устранение). Основные правила вызова скорой медицинской помощи и других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь
5	Основные признаки жизни у пострадавшего. Причины нарушения дыхания и

	кровообращения. Способы проверки сознания, дыхания, кровообращения у пострадавшего
6	Практическая работа №1. Отработка навыков оценки обстановки на месте происшествия
7	Практическая работа №2. Отработка навыков определения сознания у пострадавшего.
8	Практическая работа №3. Отработка приёмов восстановления проходимости верхних дыхательных путей
9	Практическая работа №4. Оценка признаков жизни у пострадавшего
10	Практическая работа №5. Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб
11	Современный алгоритм проведения сердечно-лёгочной реанимации (СЛР)
12	Техника проведения искусственного дыхания и давления руками на грудину пострадавшего при проведении СЛР. Ошибки и осложнения, возникающие при выполнении реанимационных мероприятий
13	Показания к прекращению СЛР. Мероприятия, выполняемые после прекращения СЛР. Особенности СЛР у детей
14	Практическая работа №6. Отработка приёмов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств для искусственного дыхания
15	Практическая работа №7. Отработка приёмов давления руками на грудину пострадавшего. Выполнение алгоритма СЛР
16	Практическая работа №8. Отработка приёма перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение
17	Порядок оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом у пострадавших в сознании, без сознания
18	Особенности оказания первой помощи тучному пострадавшему, беременной женщине и ребёнку
19	Практическая работа №9. Отработка приёмов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего
20	Цель и порядок выполнения обзорного осмотра пострадавшего
21	Практическая работа №10. Отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего
23	Понятия «кровотечение», «острая кровопотеря». Признаки различных видов наружного кровотечения (артериального, венозного, капиллярного, смешанного)
24	Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки. Практическая работа №11. Отработка приемов оказания первой помощи при кровотечении
25	Понятие о травматическом шоке, причины и признаки. Мероприятия, предупреждающие развитие травматического шока
26	Цель и последовательность подробного осмотра пострадавшего. Основные состояния, с которыми может столкнуться участник оказания первой помощи
27	Травмы головы. Оказание первой помощи. Особенности ранений волосистой части головы. Практическая работа №12. Отработка приемов оказания первой помощи при травмах глаза и носа
28	Травмы шеи, оказание первой помощи. Временная остановка наружного кровотечения при травмах шеи. Фиксация шейного отдела позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием медицинских изделий). Практическая работа №13. Отработка приёмов фиксации шейного отдела позвоночника
29	Травмы груди, оказание первой помощи. Основные проявления травмы груди, особенности наложения повязок при травме груди, наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки

30	Особенности наложения повязки на рану груди с инородным телом. Практическая работа №14. Отработка наложения окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки
31	Травмы живота и таза, основные проявления. Оказание первой помощи. Особенности наложения повязок на рану при выпадении органов брюшной полости, при наличии инородного тела в ране
32	Практическая работа №15. Отработка приёмов наложения повязок при наличии инородного предмета в ране живота, груди, конечностей
33	Травмы конечностей, оказание первой помощи. Понятие «иммобилизация». Способы иммобилизации при травме конечностей
34	Практическая работа №16. Отработка приёмов первой помощи при переломах. Иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация, с использованием медицинских изделий). Травмы позвоночника. Оказание первой помощи
35	Виды ожогов, их признаки
36	Понятие о поверхностных и глубоких ожогах
37	Ожог верхних дыхательных путей, основные проявления
38	Оказание первой помощи
39	Практическая работа №17. Отработка приёмов наложения повязок при ожогах различных областей тела. Применение местного охлаждения
40	Практическая работа №18. Отработка приёмов наложения повязок при ожогах различных областей тела. Применение местного охлаждения
41	Холодовая травма, её виды. Основные проявления переохлаждения (гипотермии), отморожения, оказание первой помощи
42	Обморожения, оказание первой помощи
43	Практическая работа №19. Отработка приёмов наложения термоизолирующей повязки при отморожениях
44	Отравления, пути попадания ядов в организм
45	Признаки острого отравления
46	Оказание первой помощи при попадании отравляющих веществ в организм через дыхательные пути, пищеварительный тракт и кожу
47	Цель и принципы придания пострадавшим оптимальных положений тела
48	Оптимальные положения тела пострадавшего с травмами груди, живота, таза, конечностей, с потерей сознания, с признаками кровопотери
49	Способы контроля состояния пострадавшего, находящегося в сознании, без сознания.
50	Практическая работа №20. Отработка приемов состояния пострадавшего, находящегося в сознании, без сознания
51	Практическая работа №21. Отработка приёмов придания оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной кровопотере
52	Практическая работа №23. Отработка приёмов экстренного извлечения пострадавшего из труднодоступного места, отработка основных приёмов (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания)
53	Практическая работа №24. Отработка приёмов перемещения пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи
54	Особенности переноски пострадавших с травмами головы, шеи, груди, живота, таза, конечностей и позвоночника
55	Практическая работа №25. Отработка приёмов переноски пострадавших с травмами головы, шеи, груди, живота, таза, конечностей и позвоночника
56	Психологическая поддержка. Цели оказания психологической поддержки.
57	Общие принципы общения с пострадавшими, простые приёмы их психологической поддержки
58	Общие принципы общения с пострадавшими, простые приёмы их психологической

	поддержки
59	Принципы передачи пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь
60	Обобщение знаний и умений по теме
61	Основные принципы проведения подготовки по оказанию первой помощи
62	Рекомендации для эффективного обучения
63	Особенности проведения теоретических и практических занятий по оказанию первой помощи
64	Подготовка к обучению. Начало обучения
65	Проведение теоретического занятия по оказанию первой помощи. Основные этапы интерактивной лекции
66	Проведение практического занятия по оказанию первой помощи. Основные этапы практического занятия
67	План-конспект практического занятия (на примере изученной темы «Современный алгоритм проведения сердечно-лёгочной реанимации (СЛР)»)
68	План-конспект решения ситуационной задачи