

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Першинская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено

На педагогическом совете

Протокол № 6

«31» август 2022г.

Согласовано

Заместитель директора по УВР

  
С.Б.Кузьминых

«31» август 2022г.

Утверждаю



Директор школы

А.Ю.Гуляев

«31» август 2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**кружок**

**для 1-4 классов**

**«Азбука первой помощи»**

Составитель: учитель  
физической культуры, ОБЖ Белова А.О.

с. Першино

2022год.

## Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Азбука первой помощи» разработана на основе авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности» Л.П. Анастасовой, П.В. Ижевского, Н.В. Ивановой, 2010 года издания (Концепция и программы для начальных классов. В 2 ч. Ч. 2/ Е.В. Алексеенко, Л.П. Анастасова, В.Г. Горячев и др. - 3-е изд. – М.: Просвещение, 2010. - 207 с.) и авторской программы «Первая помощь. Базовый курс.» И.С. Строгоновой

Данная программа соответствует образовательным стандартам начального общего образования, базисному учебному плану общеобразовательных учреждений России.

**Цель** данной программы обучение учащихся знаниям и умениям, необходимым для оказания необходимой первой помощи пострадавшим на месте происшествия, а также навыкам самопомощи

**Задачи** программы:

- научить оказывать первую помощь безопасно для себя и пострадавшего;
- определять состояние пострадавшего (травму, заболевание) и распределять порядок действий в зависимости от характера повреждений или состояния;
- взаимодействовать со специалистами скорой помощи и службами, действующим по специальным правилам;
- воспитать готовность к безопасному оказанию первой помощи нуждающимся людям
- выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных ситуаций.

Программа курса «Азбука первой помощи» реализуется в рамках внеурочной деятельности.

Программа построена с учетом уровня подготовки и общего развития учащихся начальной школы и включает в себя основные, наиболее часто встречающиеся опасные ситуации, в которых ребенок может оказаться дома, на улице, в школе, в природных условиях и сможет помочь себе, своим близким и незнакомым людям.

Уроки проводятся 1 час в неделю.

Урок является основной формой организации учебного процесса для решения задач данной программы. Текущий контроль осуществляется в форме практических занятий, устного опроса, решения простых ситуационных задач.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета, курса**

**Личностные результаты:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

### **Метапредметные результаты:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области оказания первой помощи с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при оказании первой помощи.

### **Предметные результаты:**

В познавательной сфере:

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях;
- об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

В ценностно-ориентационной сфере:

- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН Курса «Азбука первой помощи»

1 года обучения.

Всего 34 часа

Разделы и темы	Всего часов	Теория	Практика
<b>1 РАЗДЕЛ Введение. Резервы нашего организма</b>	1	1	-
Тема 1. Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. Здоровый образ жизни.	1 1 1	1 1 1	- - -
Тема 2. Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Защита крови. Гигиена воздуха. Вред курения.			
Тема 3. Гигиена питания. Долголетие и обмен веществ. Гигиена кожи. Мозг и труд. Алкоголь – яд для организма. Связь анализаторов и организма в целом.			
<b>2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи</b>	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>
Тема 1. Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).	2 2 2 2	1 1 1 1	1 1 1 1
Тема 2. Извлечение раненых из боевой техники и завалов	2 2	1 1	1 1
Тема 3. Тушение горящей одежды и оказание помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.			
Тема 4. Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.			
Тема 5. Первая помощь при утоплении.			
Тема 6. Первая помощь при отравлениях и обмороках.			
<b>3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация</b>	<b>16</b>	<b>8</b>	<b>8</b>
Тема 1. Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии	4 4 4	2 2 2	2 2 2
Тема 2. Временная остановка наружного кровотечения	2 2	1 1	1 1
Тема 3. Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность			

Тема 4. Временная иммобилизация поврежденной области Тема 5. Способы приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора			
<b>4 РАЗДЕЛ Зеленая аптека. Лекарственные травы Смоленщины</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>5 РАЗДЕЛ Заключение. Полевые выходы. Участие в соревнованиях.</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	<b>3</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>34</b>	<b>18</b>	<b>18</b>

### Тематическое планирование «Азбука первой помощи»

Разделы и темы занятий	Кол-во часов	Кол-во часов Содержание
<p><b>Резервы нашего организма</b> Тема 1. Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. Здоровый образ жизни.</p> <p>2. Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Гигиена воздуха.</p> <p>Вред курения. Тема 3. Гигиена питания. Долголетие. Гигиена кожи. Связь анализаторов и организма в целом. Алкоголь – яд для организма</p>	<p><b>3</b></p> <p><b>1</b></p> <p><b>1</b></p>	<p>Рассказ о возможностях человеческого организма, о скрытых его резервах, об индивидуальных его особенностях развития каждого человека и о том, какими способами можно раскрыть, сохранить и приумножить резервы своего организма. Основные понятия здорового образа жизни.</p> <p>Опора и движение организма. Костная пружина. Пропорции тела. Рост человека. Два вида мышечной ткани. Причины утомления. Ритм работы. Условия равновесия. Асимметрия тела. Польза физических упражнений. Спортивное долголетие. Дыхательная функция крови, защитные свойства крови. Иммуитет. Антибиотики. Переливание крови, «искусственная кровь». Сердце, мозг, пульс. Органы дыхания. Носовая полость, легкие. Дыхание и движение. Вред курения. Пищеварение. Здоровые зубы. Аппетит. Полезная пища. Пост. Питание спортсменов. Обмен веществ и энергия. Соли, жиры, вода, белки, активаторы жизни, биотоки, витамины, гормоны и обмен веществ. Старение организма. Ортобиоз и продление жизни. Кожные</p>

		<p>образования. Гипотермия. Чистота кожи. Закаливание. Нервная система. Эмоции. Одаренность, рефлексy. Гигиена умственного труда. Сон, расстройство сна, гипноз. Алкоголь – яд для организма. Осязание, польза боли. Обезболивание. Тренировки равновесия. Ощущения – наши знания.</p>
<p><b>Оказание первой медицинской помощи.</b>  Тема 1. Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).  Тема 2. Извлечение раненых из убежищ, завалов.  Тема 3. Тушение горячей одежды и оказание первой помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.  Тема 4. Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.  Тема 5. Первая помощь при утоплении.  Тема 6. Первая помощь при отравлениях, обмороках.</p>	<p>12 2 2 2 2 2</p>	<p>Аптечка индивидуальная (АИ), индивидуальный перевязочный пакет (ППИ), индивидуальный противохимический пакет (ИПП), пантоцид в таблетках, антисептик, возбудитель дыхания, косынка для повязок, бинты, жгут кровоостанавливающий, булавки, шлем для раненых в голову, носилки и ляжки, трубка дыхательная ТД-1. (Работа с табельным имуществом).  Извлечение раненых из танка: открытие люка (связь с экипажем), извлечение вручную или с помощью ляжки специальной, либо поясных ремней.  Извлечение раненых из оборонительных сооружений и убежищ, завалов с помощью веревки, ремня, троса, ляжки, лебедки, волоком на плащ-палатке, шинели.  Тушение горящих участков одежды закрытием брезентом, накидкой, шинелью и с помощью перекачивания по земле, сбросом горячей одежды.  Тушение зажигательных веществ более трудоемко: Накрывание сгустка напалма тканью, шапкой, глиной, снегом, несколькими турами бинта, надеванием противогаза.  Способы надевания противогаза на раненого: сидя у изголовья, лежа на спине или животе. При повреждениях лица или головы используется шлем для раненых в голову: ШР-3  Условия, способствующие отморожению. 4 степени отморожения. Методы профилактики и экстренной помощи.</p>

		<p>Ознобление. Профилактика. Общее охлаждение. Простудные заболевания. Профилактика, лечение.</p> <p>Способы приближения спасателя к тонущему. Освобождение от захватов тонущего и транспортировка пострадавшего на воде.</p> <p>Схема действий спасателя в случае наличия рвотного рефлекса. Схема действий спасателей при отсутствии рвотного рефлекса. Правила обращения с пострадавшим от утопления. Примерные нормативные требования для старшеклассников по прикладному плаванию и спасению утопающих.</p> <p>Способы оказания первой помощи при:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-пищевом отравлении;</li> <li>-отравлении ядовитыми газами; -</li> <li>отравлении лекарственными препаратами;</li> <li>-отравлении алкоголем и никотином, наркотическим средством.</li> </ul> <p>Меры предосторожности для оказывающих помощь в целях сохранения собственного здоровья.</p> <p>Причины и последствия обмороков.</p> <p>Первая помощь при обмороках. Повторные обмороки.</p>
<p><b>Доврачебная реанимация</b>  Тема 1. Обезболивающие средства. Антидоты отравления.  Тема 2. Временная остановка наружного кровотечения.  Тема 3. Наложение асептических повязок на рану или ожоговую поверхность  Тема 4. Временная иммобилизация</p>	<p><b>16</b></p> <p><b>4</b></p> <p><b>4</b></p> <p><b>2</b></p> <p><b>2</b></p>	<p>Антидот против ФОВ (шприц-тюбик). Способы введения и условия дозировки препарата. Промедол. Противопоказания к его применению. Предупреждение или устранение асфиксии: исследование полости рта, закрепление языка булавкой, очищение полости рта от однородной массы, восстановление дыхания. Трубка дыхательная ТД1. Способы – «изо рта в рот», «изо рта в нос», путем ритмического сдавливания грудной клетки по Сильвестру, Нильсену. Устранение удушья у пораженных ОВ.</p> <p>Понятие типов кровотечения: артериальное, венозное, капиллярное.</p> <p>Способы остановки кровотечения:</p>

<p>поврежденной области Тема 5. Способы приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора.</p>	<p>2</p>	<p>пальцевое прижатие артерий к костным выступам, с помощью жгута или давящей повязки, сгибом раневой конечности в вышерасположенном суставе. Особенности применения каждого способа. Понятие о ране. Защита раны. Подготовка поврежденного участка к бинтованию. Бинтование под обмундированием. Виды повязок: восьмиобразная, колосовидная, спиральная, циркулярная, повязка «с портупеей», крестообразная. Утепление поврежденной части тела в зимнее время. Важность грамотной иммобилизации, используемый материал для наложения шин, правила наложения шин при разных ранениях и переломах Способы приближения к раненым: короткая перебежка, движения пригнувшись, переползания – на боку, попластунски, на полу четвереньках, приближение на санитарном транспорте. Утепление раненых в холодное время года и расположение в тени в жаркое время года. Способы оттаскивания: на боку, на спине, с помощью плащ-палаток, волокуш. Обозначение мест укрытия раненых, сигналы, применяемые на поле боя. Способы выноса раненого одним санитаром без использования табельных и подручных средств: на спине, на руках перед собой, на плече. Способы выноса раненого двумя санитарями без вспомогательных средств: вынос «на замке», на руках между собой, на руках перед собой. Способы выноса раненого с использованием средств: лямок, носилок, плащ-палаток, накидок. Способы укладывания на носилки. Эстафетный способ (метод «подстав»). Вывоз раненых (перегрузка, санитарный транспорт, выгрузка раненых).</p>



<b>Лекарственные травы Смоленщины.</b>	<b>2</b>	Применение трав в оказании первой медицинской помощи. Мать и мачеха, зверобой, мята, подорожник, кровохлебка, тысячелистник, одуванчик, ромашка аптечная, и др.
<b>Участие в соревнованиях, мероприятиях Всего</b>	<b>3 34</b>	<b>Соревнования, мероприятия</b>