

Рассмотрено  
на педагогическом совете  
Протокол № 1

от « 29 » августа 2024 г.



О.Алексеев  
от « 02 » сентября 2024 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности  
Центра образования цифровых и гуманитарных технологий "Точка роста"  
МАОУ СОШ № 9

**Направление деятельности:** " Основы начальных медицинских знаний"  
**Возраст обучающихся:** 8-11 классы  
**Срок реализации:** 1 год

**Составитель:**

Смирнова Алёна Владимировна  
Учитель ОНМЗ,  
педагог дополнительного образования Центра «Точка роста»

2024-2025 уч.год

## **Основы начальных медицинских знаний**

### **Пояснительная записка**

Начальная медицинская подготовка является одним из важных элементов гражданского воспитания молодежи, является основой формирования представлений о здоровом образе жизни.

Курс «Оказание первой медицинской помощи» ориентирует ребят на знания особенностей анатомии и физиологии человека.

Большое значение имеют сведения по истории военной медицины, особенно периода Великой Отечественной войны 1941 –1945гг. Эти сведения способствуют воспитанию у обучаемых патриотизма, гордости за вооруженные силы своей страны, их медицинскую службу. Знания по медицине непосредственно способствуют формированию готовности к защите своего края, самопожертвованию во имя спасения жизней раненых и больных, через сопричастность к славной истории нашей страны. В условиях современной жизни молодым людям нужны разносторонние знания, навыки владения достаточно широким спектром реанимационных процедур, а также мер профилактики и предупреждения различных повреждений организма человека, необходим высокий уровень морально-психологической подготовки. Все эти качества должны закладываться уже сегодня, в подростковом возрасте.

Контингент обучающихся – учащиеся 8-11 классов.

система обучения – групповое

### **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КУРСА.**

**Цель** - формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, готовности к жизни, труду и социальному творчеству.

**Задачи.**

**Обучающие:**

- формирование знаний об основах анатомии, физиологии и гигиены человека;

- расширение кругозора учащихся в области медицины, фармакологии, лечебной физкультуры;
- формирование устойчивого интереса к сохранению своего здоровья;
- обучение коллективным формам работы и основам самоорганизации.

### **Развивающие:**

- развитие умений и навыков оказания первой доврачебной помощи пострадавшим или самому себе;
- совершенствование здоровья молодого поколения, развитие их силы, выносливости, быстроты реакций и способности к автономному существованию;
- развитие логического мышления, памяти, внимания;

### **Воспитательные:**

- воспитание коллективистских начал характера, организованности и самостоятельности, гуманности и милосердия;
- воспитание стойких навыков здорового образа жизни, потребности избавиться от вредных привычек, развитие стремления быть здоровым, бодрым, доставлять радость себе и окружающим;

Программа рассчитана на 1 год обучения. Учебный годовой план составлен на 68 часов.

Часть знаний у учащихся уже есть, благодаря занятиям по ОБЖ, биологии и анатомии в общеобразовательных школах. Поэтому курс «Оказание первой помощи» не противопоставляется базисным школьным предметам, а сотрудничает с ними, дополняя и углубляя их.

### **Принципы обучения**

Программа курса «Оказание первой помощи» построена на соблюдении общепризнанных, основополагающих принципах обучения:

\* принцип сознательности и активности обучающихся

Содержание программы предусматривает глубокое осмысление знаний, приобретаемых детьми путем интенсивного напряжения собственной умственной деятельности. Собственная познавательная активность

обучающихся является важным фактором обучаемости и оказывает решающее влияние на темп, глубину и прочность овладения учебным материалом.

Принцип сознательности и активности обучения осуществляется педагогом через:

- осознание целей и задач предстоящей на занятии работы;
- использование разнообразных видов и форм познавательной деятельности, объединение анализа с синтезом, сопоставление с противопоставлением, частое использование аналогии;
- опору на уже имеющиеся знания и опыт обучающихся в данной области деятельности;
- использование взаимообучения занимающихся по данному курсу;
- разъяснение причинно-следственных связей;
- использование в обучении практических ситуаций, связанных с безопасностью здоровья человека и от ребенка самостоятельного видения, понимания и осмысления;
- изучение и использование индивидуальных интересов обучающихся.

\* принцип наглядности обучения

Программа курса «Оказание первой помощи» учитывает наукой доказанный факт, что органы зрения «пропускают» в мозг почти в 5 раз больше информации, чем органы слуха, и почти в 13 раз больше, чем тактильные органы. Понятия и абстрактные положения доходят до сознания учащихся легче, когда они подкрепляются конкретными фактами и образами, для раскрытия которых используются различные виды наглядности. Используются ксерокопии фотографий, картинок, иллюстраций из Инструкции по технике безопасности и другой учебной и научной литературы.

\* принцип систематичности и последовательности

Процесс обучения, состоящий из отдельных шагов, протекает тем успешнее и дает большие результаты, чем меньше в нем перерывов, нарушений последовательности. Если систематически не упражнять навыки, то они утрачиваются. Если ребят не приучать к логическому мышлению, то они постоянно будут испытывать затруднения в своей мыслительной деятельности.

Если не соблюдать системы и последовательности, то процесс развития детей замедляется.

*Программа по медицинской подготовке построена таким образом, что:*

- каждое занятие делится на логически завершенные части (вопросы темы), последовательно реализуемые в ходе занятия;
- каждая тема курса опирается на науку и действительность и использует в своем содержании межпредметные связи;
- каждое занятие строится по схеме: а) установление объекта изучения, б) изложение основания теории вопроса, в) раскрытие инструментария изучения вопроса, г) объяснение следствия вопроса, д) определение границ применения данного знания или навыка;
- программа обеспечивает преемственность, как в содержании, так и в методах обучения по годам обучения;
- в конце каждого раздела курса предусмотрены занятия обобщения и систематизации.

\* принцип прочности обучения

В современном обучении мышление главенствует над памятью. Программа по начальной медицинской подготовке не растрчивает силы обучающихся на запоминание малоценных знаний, не допускает перегрузки памяти в ущерб мышлению.

*Достигается реализация этого принципа следующими приемами:*

- вместо заучивания материала, имеющего вспомогательный характер, обучающиеся пользуются справочной и информационной литературой прямо на занятии;

\* принцип доступности

Доступность обучения определяется возрастными особенностями обучающихся и зависит от их индивидуальных особенностей, а также от организации учебного процесса.

*Реализуя данный принцип, педагог использует:*

- ведение учебного процесса в оптимальном темпе, не задерживая в развитии сильных и развивая быстроту действия у средних и слабых обучающихся;

- учитывая индивидуальную обучаемость каждого ребенка, объединяет в дифференцированные подгруппы ребят с одинаковой обучаемостью;

\* принцип научности

Принцип научности обучения требует, чтобы обучающимся предлагались для усвоения подлинные, прочно установленные наукой знания и использовались методы обучения, по своему характеру приближающиеся к методам изучаемой науки.

Программа по медицинской подготовке отражает, в определенной степени, и принцип научности, ибо все вопросы оказания первой медицинской помощи опираются на официальную медицину России. Научность программы выражается:

- *в систематическом информировании обучающихся о новых достижениях в медицине;*

\* принцип связи теории с практикой

Правильно поставленное воспитание вытекает из самой жизни, практики, неразрывно с ней связано, готовит подрастающее поколение к активной преобразующей деятельности.

Программа приучает обучающихся проверять и применять свои знания на практике, воспитывает стремление к постоянному улучшению своих результатов.

### **Особенности методики обучения.**

Преподавание материала соблюдает принцип постепенного усложнения материала, иными словами, обучение идет от простого к сложному.

### ***Формы организации учебного процесса.***

1. ***Теоретические занятия*** проводятся в формах лекции, рассказа, беседы с выделением главного материала в тезисах, под запись (ведение конспекта обязательно).

2. ***Практические занятия*** проводятся с использованием предметов табельного имущества, имитация пораженных и больных, разыгрыванием моделей ситуаций, при которых надо применять знания и умения по начальной

медицинской подготовке, выполняются определенные упражнения и разрешаются смоделированные ситуации несчастных случаев.

3. **Закрепление** учебного материала производится с помощью тестирования, проверочной работы по карточкам, составления опорных схем медицинских процедур, а также выполнение заданий по конкретным медицинским мероприятиям. Чаще всего при закреплении используются исследовательские методы обучения.

### **Условия реализации программы.**

Это средства индивидуального медицинского обеспечения, которые применяются для оказания само- и взаимопомощи:

\* аптечка индивидуальная - АИ (средства при отравлении ФОВ и протившоковое средство); \* индивидуальный перевязочный пакет - ППИ (бинт 7 метров, шириной 10 и более см);

### **Планируемые результаты реализации программы.**

Подготовленность обучающихся по направлению «Медицинская подготовка» включает:

- знание характера поражений здоровья, особенностей оказания медицинской помощи;
- умение правильно и своевременно оказать медицинскую помощь пораженным;
- знание медицинского имущества, препаратов и умение ими пользоваться при оказании первой помощи пострадавшим;
- знание и умение применять правила эвакуации и транспортировки раненых и пораженных;

### **К концу обучения учащиеся должны:**

- самостоятельно лечить несложные ранки, натертости, царапины; - уметь оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим при ожогах, удушье, утоплении, отравлении; - знать и правильно выполнять все способы остановки кровотечений (капиллярного, венозного, артериального); - знать приемы обезболивания и антидоты отравления; - уметь наложить асептическую повязку на любую часть тела; - сделать из подручных средств иммобилизирующий

инструмент при переломах конечностей; - уметь оказать помощь при переохлаждениях и утоплениях, ожогах и отравлениях, проводить реанимационный комплекс при обмороках; - знать и уметь выполнять основной комплекс лечебной физкультуры, знать все об осанке и сохранять правильную осанку; - знать более глубоко основы народной медицины, уметь лечиться травами и растениями; - уметь оказать быструю и квалифицированную помощь при автодорожном происшествии, при травмах глаз, рта, груди, при переохлаждениях и солнечном или тепловой ударе, сдавливании конечностей, укусах змей и клещей, при вывихах и ушибах;

Главным же показателем обучения по начальной медицинской подготовке является не умение накладывать жгут или шину, а изменение отношения к себе и своему здоровью, появление понимания причин и следствий заболеваний, более заботливого, чуткого отношения к людям вообще и к своему коллективу, в частности.

#### Используемое оборудование

Тренажер – манекен для отработки приемов сердечно-легочной реанимации 1-шт.
Тренажер – манекен отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей 1шт.
Набор имитаторов травм и поражений -1шт.
Шина лестничная -1шт.
Воротник шейный 1шт.
Табельные средства для оказания первой медицинской помощи
Мультимедийный проектор



## УЧЕБНЫЙ ПЛАН «Оказание первой медицинской помощи»

1 года обучения.

Всего 68 часов

Разделы и темы	Всего часов	Теория	Практика
<b>1 РАЗДЕЛ Введение. Резервы нашего организма</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>-</b>
Тема 1. Оказание первой помощи и профилактики коронавирусных инфекций	2	2	-
Тема 2. . Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. Здоровый образ жизни Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Защита крови. Гигиена воздуха. Вред курения.	2	2	-
Тема 3. Гигиена питания. Долголетие и обмен веществ. Гигиена кожи. Мозг и труд. Алкоголь – яд для организма. Связь анализаторов и организма в целом.	4	4	-
<b>2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи</b>	<b>24</b>	<b>12</b>	<b>12</b>
Тема 1. Оказание первой помощи и профилактики коронавирусных инфекций	4	2	2
Тема 2. Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).Извлечение раненых из под техники и завалов	4	2	2
Тема 3. Тушение горящей одежды и оказание помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.	4	2	2
Тема 4. Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.	4	2	2
Тема 5. Первая помощь при утоплении.			

Тема 6. Первая помощь при отравлениях и обмороках.	4	2	2
	4	2	2
<b>3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация</b>	<b>32</b>	<b>16</b>	<b>16</b>
Тема 1. Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии	8	4	4
Тема 2. Временная остановка наружного кровотечения	8	4	4
Тема 3. Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность	8	4	4
Тема 4. Временная иммобилизация поврежденной области	4	2	2
Тема 5. Способы приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора	1	1	2
<b>Проведение итогов. Проверка знаний. Тест</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
		<b>36</b>	<b>32</b>
<b>ИТОГО:</b>	<b>68</b>		

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ



<p>Тема 3. Гигиена питания. Долголетие. Гигиена кожи. Связь анализаторов и организма в целом.</p> <p>Алкоголь – яд для организма.</p>	<p>4</p>	<p>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 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>2 РАЗДЕЛ</b> <b>Оказание первой медицинской помощи.</b></p> <p>Тема 1. Оказание первой помощи и</p>	<p><b>24</b></p> <p>4</p>	<p>Оказание помощи при обнаружении признаков коронавирусных инфекций. Полная Изоляция больного, (обильное питье,</p>

<p>профилактики коронавирусных инфекций</p> <p>Тема 2. Оснащение санитара (санитарная сумка, носилки, АИ, ИПП, ППИ).</p> <p>Извлечение раненых из убежищ, завалов.</p>	<p></p> <p>4</p> <p>4</p> <p>4</p>	<p>жаропонижающие)</p> <p>Вызов врача. Уборка и очистка помещение антисептическими средствами, там где находился больной. Меры профилактики заражения COVID/</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 лямки, трубка дыхательная ТД-1.</p> <p>(Работа с табельным имуществом).</p> <p>Извлечение раненых из танка: открытие люка (связь с экипажем), извлечение вручную или с помощью лямки специальной, либо поясных ремней.</p> <p>Извлечение раненых из оборонительных сооружений и убежищ, завалов с помощью веревки, ремня, троса, лямки, лебедки, волоком на плащ-палатке, шинели.</p> <p>Тушение горящих участков одежды закрытием брезентом, накидкой, шинелью и с</p>
--	------------------------------------	---

<p>Тема 3. Тушение горячей одежды и оказание первой помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.</p>	<p>4</p>	<p>помощью перекачивания по земле, сбросом горячей одежды.</p> <p>Тушение зажигательных веществ более трудоемко: Накрывание сгустка напалма тканью, шапкой, глиной, снегом, несколькими турами бинта, надеванием противогаза.</p> <p>Способы надевания противогаза на раненого: сидя у изголовья, лежа на спине или животе.</p> <p>При повреждениях лица или головы используется шлем для раненых в голову: ШР-3</p>
<p>Тема4. Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания.</p>	<p>4</p>	<p>Условия, способствующие отморожению. 4 степени отморожения. Методы профилактики и экстренной помощи. Ознобление.</p> <p>Профилактика. Общее охлаждение. Простудные заболевания. Профилактика, лечение.</p>
<p>Тема5. Первая помощь при утоплении.</p>	<p>4</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.</p> <p>Правила обращения с пострадавшим от утопления. Примерные нормативные требования для старшеклассников по прикладному плаванию и спасению утопающих.</p>

<p>Тема 6. Первая помощь при отравлениях, обмороках.</p>		<p>Способы оказания первой помощи при:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-пищевом отравлении;</li> <li>-отравлении ядовитыми газами; -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>3 РАЗДЕЛ</b> <b>Доврачебная реанимация</b></p> <p>Тема 1. Обезболивающие средства. Антидоты отравления.</p>	<p><b>32</b></p> <p>8</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,</p>

<p>Тема 2. Временная остановка наружного кровотечения.</p>	<p>8</p> <p>8</p>	<p>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. Способы остановки кровотечения: пальцевое прижатие артерий к костным выступам, с помощью жгута или давящей повязки, сгибом раневой конечности в вышерасположенном суставе. Особенности применения каждого способа.</p>
<p>Тема 3. Наложение асептических повязок на рану или ожоговую поверхность</p>	<p>4</p>	<p>Понятие о ране. Защита раны. Подготовка поврежденного участка к бинтованию. Бинтование под обмундированием. Виды повязок: восьмиобразная, колосовидная, спиральная, циркулярная, повязка «с португеей», крестообразная. Утепление поврежденной части тела в зимнее время.</p>
<p>Тема 4. Временная иммобилизация поврежденной области</p>	<p>4</p>	<p>Важность грамотной иммобилизации, используемый материал для наложения шин, правила наложения шин при разных ранениях и переломах</p>
<p>Тема 5. Способы</p>		<p>Способы приближения к раненым: короткая перебежка, движения пригнувшись,</p>



<p>приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора.</p>		<p>переползания – на боку, по-пластунски, на полу четвереньках, приближение на санитарном транспорте.</p> <p>Утепление раненых в холодное время года и расположение в тени в жаркое время года.</p> <p>Способы оттаскивания: на боку, на спине, с помощью плащ-палаток, волокуш.</p> <p>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.</p> <p>Способы выноса раненого с использованием средств: лямок, носилок, плащ-палаток, накидок.</p> <p>Способы укладывания на носилки.</p> <p>Эстафетный способ (метод «подстав»).</p> <p>Вывоз раненых (перегрузка, санитарный транспорт, выгрузка раненых).</p>
Тест	4	Теоретическая проверка знаний учащихся, а затем практическая(ЗУМ)

## КАЛЕНДАРНО –ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Разделы и темы	Всего часов	Дата проведения	
		план	факт
<b>1 РАЗДЕЛ Введение. Резервы нашего организма</b>	<b>8</b>		
Тема 1. Оказание первой помощи и профилактики коронавирусных инфекций	2		
Тема 2. Основы анатомии, физиологии и гигиены человека. Здоровый образ жизни Статика и динамика человеческого тела. Утомление и отдых. Защита крови. Гигиена воздуха. Вред курения.	2		
Тема 3. Гигиена питания. Долголетие и обмен веществ. Гигиена кожи.Изменения организма. Возрастные особенности.	4		
<b>2 РАЗДЕЛ Оказание первой медицинской помощи</b>	<b>24</b>		
Тема 1. Оснащение сумки мед. работника (АИ, ИПП, ППИ). Оснащение кареты скорой помощи.	4		
Тема 2. Извлечение раненых из под техники и строительных завалов	4		
Тема 3. Тушение горящей одежды и оказание помощи обгоревшему. Действия спасателя при пожаре.	4		
Тема 4. Отморожения. Общее охлаждение	4		

организма. Простудные заболевания.			
Тема 5. Первая помощь при утоплении.	4		
Тема 6. Первая помощь при отравлениях и обмороках.	4		
<b>3 РАЗДЕЛ Доврачебная реанимация</b>	<b>32</b>		
Тема 1. Обезболивающие средства, антидоты отравления. Предупреждение асфиксии	8		
Тема 2. Временная остановка наружного кровотечения	8		
Тема 3. Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность	8		
Тема 4. Временная иммобилизация поврежденной области	4		
Тема 5. Способы приближения к раненым. Транспортировка раненых до пункта сбора	4		
<b>Проведение итогов. Проверка знаний. Тест</b>	<b>4</b>		
<b>ИТОГО:</b>	<b>68</b>		

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ,  
РЕКОМЕНДОВАННЫЙ ОБУЧАЮЩИМСЯ

1. Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. Разработчики В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М,

- «Издательство НЦ ЭНАС», 2013г. 15. И.В. Милукова, Т.А. Евдокимова  
Лечебная физкультура. Новейший справочник. Санкт-Петербург. Москва, 2015.
16. И.П. Подласый «Педагогика». М, 2133.
2. Справочник медицинской сестры по уходу. Редакция Н.Р. Палеева. Москва,  
"Медицина", 2019г.