

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 6 села Архангельского  
Буденновского района»**

СОГЛАСОВАНО

руководитель  
Центра цифрового  
и гуманитарного образования  
«Точка роста» МОУ СОШ №6  
с. Архангельского

*Першина* Ж. А. Першина  
«28» августа 2023г

УТВЕРЖДЕНО

приказом МОУ СОШ №6  
Архангельского  
от «30» августа 2023г. № 354-од  
Директор МОУ СОШ №6  
с. Архангельского

*Иванова* Н.П. Иванова



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по внеурочной деятельности  
социально-гуманитарной направленности  
«Уроки здоровья и безопасность жизнедеятельности»**

Автор составитель:  
Першина Жанна Александровна  
учитель основ безопасности  
жизнедеятельности  
ЦО «Точка Роста»

Принята на заседании  
педагогического совета  
«30» августа 2023 г.  
протокол №1

с. Архангельское  
2023 год

## Пояснительная записка

В современном мире опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера стали объективной реальностью в процессе жизнедеятельности каждого человека. Они несут угрозу его жизни и здоровью. Вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей человека.

Программа внеурочной деятельности "Уроки здоровья и безопасность жизнедеятельности" является программой социально-гуманитарного профиля «Точка роста» в рамках нацпроекта «Образование» по курсу «Основ безопасности жизнедеятельности» для 10 класса. Предусматривает закрепление знаний и умений с теорией и практикой оказания первой помощи пострадавшим на месте происшествия, изучение правил безопасного поведения в природной среде, экстремальных и чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера. Кроме того, в программе заложены воспитательные и развивающие задачи, направленные на формирование социально-активной личности с четкой гражданско-патриотической позицией. Особое внимание уделено формированию умения сострадать, быть милосердным.

### **Направленность и вид программы.**

Вид программы – модифицированная. Программа разработана на основе федерального компонента государственного стандарта основного общего образования и направлена на развитие научных и практических способностей учащихся.

Программа построена на формировании творческих компетенций, необходимых для успешной интеграции ребенка в современное общество, в умении использовать полученные знания и навыки в повседневной жизни, в быту, окружающей природной среде.

### **Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.**

**Новизна** программы в том, что она ориентирована на создание у школьников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения в случае экстремальной и чрезвычайной ситуации, а также отработка практических навыков оказания первой помощи пострадавшим.

**Актуальность программы.** Данная программа актуальна, так как в содержание курса «Уроки здоровья и безопасность жизнедеятельности» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них развитию цельного представления в области безопасности жизнедеятельности человека.

**Педагогическая целесообразность** заключается в том, что работа в объединении предусматривает активное участие воспитанников в общественно-полезной деятельности, теоретическую и практическую подготовку в области безопасности в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, овладение знаниями и навыками оказания первой помощи, воспитание у обучающихся сознательного отношения к охране своего здоровья и здоровья окружающих, гуманизма и милосердия.

У учащихся воспитываются чувство ответственности не только за свою, но и чужую жизнь, появляется интерес к медицине, к системе знаний в области обеспечения личной безопасности жизнедеятельности и безопасности общества, выполнения социальных ролей человека и гражданина.

### **Отличительные особенности программы.**

**Отличительной особенностью программы** является конкретизация и расширение объема теоретической и практической подготовки учащихся. Окончив изучение данной программы, учащиеся смогут научиться предвидеть и избегать опасные ситуации природного и техногенного характера, реализовывать свои знания и умения в оказании первой помощи на случай возникновения травм и поражений, полученных в быту, на соревнованиях, в походах или в других жизненных ситуациях. За время занятий ребята должны сформировать осознание нравственного и правового долга, чувства ответственности за свое поведение, безопасность поведения и сохранение здоровья собственного и окружающих; овладеть основами и приобрести знания при оказании первой помощи при травмах, несчастных случаях и внезапных заболеваниях. Должны знать все необходимые методы и средства обеспечения безопасности и уметь применять их на практике.

При проведении практических занятий привлекается школьный медицинский работник, специалисты МЧС.

**Цель программы** - создание условий для самореализации, социальной адаптации личности, воспитание ответственного отношения к личному здоровью как к индивидуальной так и общественной ценности, отработка навыков оказания первой помощи до автоматизма.

**Задачи программы:**

**Предметные:**

- выработке у учащихся навыков безопасного поведения в целях решения вопросов личной и коллективной безопасности
- овладение методами и способами оказания первой помощи пострадавшим в ЧС;
- овладение знаниями и умениями, необходимыми для сохранения здоровья;

**Личностные:**

- развитие любознательности;
- освоение системы знаний о необходимости обеспечения личной безопасности жизнедеятельности и безопасности общества, выполнения социальных ролей человека и гражданина;
- овладения основами оказания первой помощи пострадавшим;
- воспитание ответственного отношения к своему здоровью.
- воспитание чувства сострадания к пострадавшим и готовности прийти на помощь попавшим в беду людям.

**Метапредметные:**

- овладение способами самоорганизации внеклассной деятельности, что включает в себя умения: ставить цели и планировать деятельность; оценивать собственный вклад в деятельность группы; проводить самооценку уровня личных достижений;
- формирование приемов работы с информацией, что включает в себя умения: поиска и отбора источников информации; - развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, участие в работе группы в соответствии с обозначенной задачей.
- применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни; для осознанного соблюдения норм и правил безопасного поведения в природной и социоприродной среде; при оказании простейших видов первой помощи;
- формирование навыков ухода за больными на дому;
- расширение представлений о здоровом образе жизни, овладение простейшими приемами самоконтроля своего физического состояния.
- Коммуникативные: в процессе изучения материала кружка осуществляется знакомство с медицинским языком, формируются речевые умения: дети учатся высказывать суждения с использованием медицинских терминов и понятий, формулировать вопросы и ответы в ходе выполнения задания, доказательства верности или неверности выполненного действия, обосновывают этапы решения учебной задачи

Содержание программы.

**Основы анатомии и физиологии человека.** Общие сведения об анатомии и физиологии человека

**Методы и средства оказания первой помощи.** перевязочные средства. подручные и табельные средства. перевязочные и иммобилизационные средства. Методы оказания ПП, асептика и антисептика

**Возможные травмы и поражения при ЧС.** Виды ЧС. ЧС техногенного характера. ЧС социального характера. Травмы и поражения, последствия. ПП при травмах. Основные правила оказания первой помощи (далее - ПП). Определение первоочередности оказания ПП.

**Первоочередные меры при ранениях и травмах.** Первая помощь при ранениях. Виды ран. Виды кровотечений и способы их остановки. Правила наложения повязок. Наложение бинтовых повязок. Использование наглядного пособия «Набор имитаторов травм и поражений». Оказание первой помощи при механических повреждениях костей. Разновидности переломов. Способы наложения транспортной иммобилизации. Разновидности травматического шока. Способы транспортировки пострадавших.

**Проведение сердечно-легочной реанимации.** Экстренная реанимационная помощь. Донорский метод искусственной вентиляции легких. Реанимационные мероприятия. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Признаки клинической смерти.

**Первая помощь при автодорожном происшествии.** Основные причины гибели пострадавших и типичные ошибки при оказании первой помощи. Понятие о черепно-мозговой травме и коматозном состоянии. Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы.

**Помощь при утоплении.** Признаки истинного (синего) утопления. Причины смерти в первые минуты после спасения. Экстренная помощь при истинном утоплении. Первая помощь пострадавшему без признаков жизни. Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.

**Помощь при поражении электрическим током и молнией.** Поражающее действие электрического тока. Правила обесточивания пострадавших. Первая помощь при поражении электрическим током.

**Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути.** Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии (удушения). Наиболее частые ошибки при оказании первой помощи. Использование манекена-тренажера по извлечению инородного тела из дыхательных путей.

**Помощь во время приступа эпилепсии, истерического припадка** Понятие об эпилепсии. Оказание помощи в начале приступа. Помощь после окончания приступа. Понятие об истерическом припадке. Как прекратить истерический припадок и истерику.

**Помощь при внезапной потере сознания.** Что такое обморок и коллапс. Наиболее частые причины обмороков. Как развивается обморок при скрытой кровопотере. Способы оказания первой помощи.

**Как предотвратить случаи суицида.** Что такое суицид и психическая травма. Понятие о психотерапевтической помощи. Для кого создан телефон доверия. Первая помощь при повешении.

**Помощь при травматическом шоке.** Понятие о шоке. О защитных реакциях шока. Первые признаки шока (парадоксы шока). Феномен самообезболивания. Способы обезболивания при травматическом шоке.

**Помощь при головной боли и мигрени.** Заболевание мигренью. Приступы мигрени. Причины возникновения болей. Помощь при появлении предвестников приступа. Помощь при сильной боли.

**Помощь пострадавшим при обширных ожогах.** Зависимость смертельных исходов от площади и степени ожога. Понятие об ожоговом шоке. Правила оказания помощи на месте происшествия. Использование наглядного пособия «Набор имитаторов травм и поражений»

**Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники.** Понятие о синдроме длительного сдавливания. Причины смерти пострадавших в первые минуты и через несколько суток после освобождения. Правила извлечения пострадавшего из-под завала. Оказание первой помощи на месте происшествия.

**Помощь при аллергическом шоке.** Коварство аллергии. Понятие об аллергенах, антителах и аллергической реакции. Внешние проявления аллергии. Первая помощь.

**Помощь при отравлении алкоголем.** Причины алкоголизма и понятие о медиаторе удовольствия. Механизм развития алкогольной зависимости. Поражение внутренних органов при алкоголизме. ПП при отравлении алкоголем.

**Что такое наркомания и как становятся её жертвами.** Почему миф об элитарности наркоманов стал величайшим заблуждением нашего века. Понятие о наркотическом опьянении. Признаки передозировки наркотиков и ПП.

**Помощь больным сахарным диабетом.** Основная причина сахарного диабета. Что такое диабетическая кома. Оказание помощи при диабетической коме.

**Помощь при резком повышении артериального давления.** Понятие о гипертонии. Кратковременно повышение артериального давления как нормальная реакция здорового человека. Как оказать первую помощь.

**Помощь при поражении сильнодействующими химическими веществами.** Медицинская характеристика. Классификация ОВ. Различные виды поражения. ПП при поражении ОВ. Особенности оказания ПП. Транспортировка пострадавшего.

## Помощь при повреждении позвоночника. Способы иммобилизации пострадавших.

### Планируемые результаты

#### Предметные.

Знать:

- основные правила оказания первой помощи.
- методы и средства оказания первой помощи.
- первоочередные меры при травмах и ранениях.
- основные симптомы при нарушении функции дыхания, кровообращения, пищеварения

#### Личностные.

Уметь:

- правильно оценивать чрезвычайную ситуацию;
- оказать первую помощь в случаях:
  - обморока и начала развития комы;
  - опасных для жизни кровотечений и переломов костей;
  - электрических – ожогов и шока;
  - истинного и бледного утопления;
  - попадание инородного тела в дыхательные пути;
- проводить непрямой массаж сердца и искусственную вентиляцию легких;
- накладывать повязки и перевязки;
- проводить транспортную иммобилизацию.

#### Метапредметные.

Уметь:

- воспринимать, усваивать информацию и преподносить ее окружающим;
- определять цели и задачи в своей деятельности;
- планировать и проектировать свою деятельность, действовать по плану;
- определять уровень личной деятельности, корректировать и улучшать ее;
- определять наиболее эффективные методы проведения реанимационных мероприятий.

#### Формы подведения итогов.

Формы отслеживания образовательных результатов: наблюдение, собеседование, открытые и итоговые занятия.

2. Формы фиксации образовательных результатов: грамоты, дипломы, фото.

3. Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: конкурсы, отчеты, открытые занятия, квесты.

Чередование этих приемов способствуют развитию творческих способностей личностей и стимулируют познавательную деятельность ребенка

### Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	<b>Основы анатомии и физиологии человека</b>	2	2	-
	<b>Методы и средства оказания первой помощи</b>	68	28	40
2	Средства первой помощи	4	1	3
3	Возможные травмы и поражения при ЧС.	4	2	2
4	Первоочередные меры при ранениях и травмах	6	1	5
5	Проведение сердечно-легочной реанимации	6	1	5
6	Первая помощь при автодорожном происшествии.	2	1	1
7	Помощь при утоплении	2	1	1
8	Помощь при поражении электрическим током и молнией	2	1	1
9	Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути	6	1	5
10	Помощь во время приступа эпилепсии, истерического припадка	2	1	1
11	Помощь при внезапной потере сознания.	2	1	1
12	Как предотвратить случаи суицида.	2	2	-

13	Помощь при травматическом шоке	2	1	1
14	Помощь при головной боли и мигрени.	2	1	1
15	Помощь пострадавшим при обширных ожогах	4	1	3
16	Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники	4	2	2
17	Помощь при аллергическом шоке	4	1	3
18	Помощь при отравлении алкоголем	2	1	1
19	Что такое наркомания и как становятся её жертвами.	4	4	-
20	Помощь больным сахарным диабетом	2	1	1
21	Помощь при резком повышении артериального давления	2	1	1
22	Помощь при поражении сильнодействующими химическими веществами	2	1	1
23	Помощь при повреждении позвоночника	2	1	1
24	Итоговая аттестация	2		2
Итого		72	30	42

***Материально-техническое обеспечение программы.***

1. Кабинет специальной подготовки.
2. - компьютер для педагога
- 3 - проектор
4. Аптечка индивидуальная АИ-2.
5. Сумка медицинская.
6. Набор шин для иммобилизации.
7. Бинты марлевые медицинские.
8. Индивидуальный перевязочный пакет.
9. Макет-тренажер для проведения НМС.
10. Носилки медицинские мягкие.
11. Жгут резиновый.
12. Стенды и плакаты.