

**Управление образования администрации города Тулы  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Центр образования № 8 имени Героя Советского Союза  
Леонида Павловича Тихмянова»  
(МБОУ ЦО № 8)**

300034, г. Тула, ул. Фрунзе 18

телефоны: 31-56-41, 56-88-04

---

РАССМОТРЕНО  
Руководитель кафедры  
\_\_\_\_\_ Тамарчук Т.А.  
Протокол № 1  
от "28" 08 2023 года

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ ЦО № 8  
\_\_\_\_\_ Т.Н. Матвиевская  
Приказ №146/1-увр  
от "28" 08 2023 года

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

### Первая помощь

(курс внеурочной деятельности)

---

Срок реализации: 2023-2024 учебный год  
Автор составитель: Тимачев Д.Ю., учитель истории и ОБЖ  
Класс: 10 В, 11 В

ТУЛА 2023

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА. АКТУАЛЬНОСТЬ И НАЗНАЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.**

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (далее — ФГОС СОО), ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения Федеральной основной образовательной программы среднего общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС СОО во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Актуальность реализации данной программы обусловлена потребностью подростков в приобретении духовных, физических и социальных качеств, которые характеризуют старшеклассника как личность, осознающую себя человеком XXI века, путём приобретения ими важных навыков в области оказания первой помощи и практической медицины. А это влечёт за собой необходимость в педагогическом сопровождении школьников, в развитии мотивации школьника к изучению теоретических и практических основ оказания первой помощи, преподавания первой помощи, ухода за больным, в формировании готовности школьников к оказанию первой помощи пострадавшему, если они станут свидетелями несчастного случая. Работа по программе внеурочной деятельности «Первая помощь» позволит педагогу реализовать эти актуальные для личностного развития обучающегося задачи.

Сегодня каждому гражданину Российской Федерации необходимо владеть набором универсальных навыков по спасению человеческой жизни, поэтому программа ориентирована на всех школьников вне зависимости от профиля (направленности) предполагаемой будущей профессии.

Немаловажным является способность передавать свои знания и навыки по оказанию первой помощи другим людям. Поэтому рабочая программа предназначена также для подготовки лиц, проводящих обучение по оказанию первой помощи. Рабочая программа предусматривает достаточный для формирования, закрепления и развития практических навыков и компетенций объём практики.

Кроме оказания первой помощи на месте происшествия гражданин может столкнуться с необходимостью ухода за тяжело больным человеком. Для этого также будет полезным освоить ряд простых, но важных навыков.

Медицинская наука и система здравоохранения быстро развиваются, поэтому крайне важно закладывать основы медицинских знаний уже в

средней школе.

Обучение медицинским знаниям со школьного возраста, кроме приобретения нужных навыков, позволяет обучающимся соприкоснуться с профессией медицинского работника и помогает в профессиональном самоопределении.

Таким образом, обучение в средней школе является мощным ресурсом в системе подготовки граждан к оказанию первой помощи, так как в школе закладываются знания и стереотипы поведения, используемые выпускниками в течение всей последующей жизни.

## **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ»**

Целью курса является получение обучающимися знаний и навыков по оказанию первой помощи, основам преподавания первой помощи и основам ухода за больным, ориентирование старшеклассников в вопросах медицинских знаний и в нюансах профессии медицинского работника.

В рамках реализации этой цели курс содействует решению следующих образовательных задач:

способность выявлять состояния, при которых оказывается первая помощь;

способность выполнять мероприятия по оказанию первой помощи;

формирование умения эффективно действовать в критических для жизни человека ситуациях;

формирование навыков оказания первой помощи;

формирование умения передачи знаний и навыков по оказанию первой помощи;

формирование навыков проведения теоретических и практических занятий по оказанию первой помощи;

формирование основных навыков ухода за больным;

знакомство с медицинской профессией с самых азов;

знакомство с некоторыми практическими навыками, необходимыми каждому медицинскому работнику;

изучение основ работы медицинской организации;

адаптация к условиям труда медицинского работника;

воспитание высокой ответственности, чувства долга, морали, гуманизма, чуткого и внимательного отношения к больным людям;

помощь в профессиональном самоопределении в медицине, поддержание интереса к профессии.

## **МЕСТО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Программа курса рассчитана на 34 часов на уровне среднего общего образования, в рамках которых предусмотрены такие формы работы, как лекции, беседы, мастер-классы, практические занятия, решения ситуационных задач, консультации педагога и психолога.

Программа реализуется в работе с обучающимися 10-11 классов. На уровень основного общего образования приходится 34 часа. В рамках занятий предусмотрены такие формы работы, как лекции, беседы, мастер-классы, практические занятия, решения ситуационных задач, консультации педагога и психолога.

Программа реализуется 1 раз в 2 недели.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ».**

Данный курс характеризуется широким спектром воздействия на целостное развитие личности. В число общечеловеческих ценностей, определяющих содержательное наполнение, входят:

воспитание высоконравственных, ответственных, неравнодушных граждан, мотивированных на оказание первой помощи;

воспитание активной, мыслящей личности, способной бережно относиться к своему здоровью и здоровью и жизни других людей;

развитие целеустремленности и уверенности в себе, терпимого и уважительного отношения к окружающим, готовности продуктивно взаимодействовать в процессе коллективной деятельности, нести ответственность за порученное дело и взятые обязательства.

Индивидуально значимые ценностные ориентации учебного содержания примерной рабочей программы связаны с направленностью на: формирование навыков оказания первой помощи пострадавшему; профессиональное самоопределение.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства. Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности способности построения модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ»

### 10 класс. ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ.

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.

Оценка обстановки на месте происшествия.

Отработка приёмов экстренного извлечения пострадавшего из труднодоступного места (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания).

Отработка приёмов перемещения пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи.

Отработка навыков определения сознания у пострадавшего. Отработка приёмов восстановления проходимости верхних дыхательных путей. Оценка признаков жизни у пострадавшего.

Отработка навыков вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб.

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 сердечно-лёгочной реанимации. Отработка приёма перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение.

Отработка приёмов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.

Отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего.

Проведение подробного осмотра пострадавшего .

Отработка приёмов временной остановки наружного кровотечения при ранении головы, шеи, груди, живота, таза и конечностей, наложение табельного и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня), прямое давление на рану, наложение давящей повязки.

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

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

Отработка приёмов первой помощи при переломах. Иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация).

Отработка приёмов фиксации шейного отдела позвоночника.

Отработка приёмов наложения повязок при ожогах и отморожениях

различных областей тела .

Отработка приёмов придания оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной кровопотере.

Отработка приёмов оказания психологической поддержки пострадавшим при различных острых стрессовых реакциях.

### **11 класс. ОБУЧЕНИЕ ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ**

Первая помощь: роль своевременного оказания первой помощи; функционирование системы первой помощи в России. Нормативно-правовое регулирование оказания первой помощи в Российской Федерации: законодательство Российской Федерации в сфере оказания первой помощи; права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи; оснащение средствами и устройствами для оказания первой помощи, состав и назначение компонентов аптечки для оказания первой помощи пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях (автомобильной), аптечки для оказания первой помощи работникам .

Пути эффективного обучения. Методы и формы учебной деятельности при обучении оказанию первой помощи.

Организация учебного занятия: условия успешного обучения первой помощи; мотивация и пути её повышения; особенности проведения учебного занятия в форме лекции.

Проведение практического занятия и четырёхступенчатый метод обучения.

Технология активного обучения: анализ конкретных неотложных ситуаций с наличием пострадавших и принятие решений; имитационный тренинг, решение ситуационных задач.

Использование современного учебного оборудования на занятиях по обучению оказанию первой помощи.

Использование наглядных пособий и современного учебного оборудования на занятиях по первой помощи.

Основные правила разработки учебного занятия. Структура учебного занятия по обучению оказанию первой помощи.

Разработка занятия по обучению оказанию первой помощи. Отработка приёмов проведения лекции, практического занятия, ситуационной задачи.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 класс

Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся	Электронные ресурсы
Оказание первой помощи	17	Ознакомление и отработка комплекса мер, направленного на оказание первой помощи.	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВ ОЧАСОВ</b>	17		

### 11 класс

Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся	Электронные ресурсы
Обучение оказанию первой помощи	17	Ознакомление и отработка с комплексом мер, направленным на оказание первой помощи.	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВ ОЧАСОВ</b>	17		

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные и цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших.	1				

2	Соблюдение правил личной безопасности и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи (возможные факторы риска, их устранение).	1				
3	Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся при непосредственном контакте с человеком, его кровью и другими биологическими жидкостями.	1				
4	Оценка обстановки на месте происшествия.	1				
5	Экстренное извлечение пострадавшего из труднодоступного места (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания).	1				
6	Перемещение пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи.	1				
7	Алгоритм проведения сердечно-лёгочной реанимации.	1				
8	Отработка навыков вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб.	1				
9	Отработка приёма перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение.	1				
10	Удаление	1				



	инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.					
11	Проведение обзорного осмотра пострадавшего. Проведение подробного осмотра пострадавшего	1				
12	Временная остановка наружного кровотечения.	1				
13	Наложение окклюзионной повязки при ранении грудной клетки. Наложение повязок при наличии инородного предмета в ране живота, груди, конечностей.	1				
14	Первая помощь при переломах. Иммобилизация. Фиксации шейного отдела позвоночника.	1				
15	Приёмы наложения повязок при ожогах и отморожениях различных областей тела .	1				
16	Придание оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной кровопотере.	1				
17	Оказание психологической поддержки пострадавшим при различных острых стрессовых	1				

	реакциях.					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17	0	0		

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 11 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Роль своевременного оказания первой помощи	1				
2	Функционирование системы первой помощи в России. Нормативно-правовое регулирование оказания первой помощи в Российской Федерации.	1				
3	Законодательство Российской Федерации в сфере оказания первой помощи.	1				
4	Права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи.	1				
5	Состав и назначение компонентов аптечки для оказания первой помощи пострадавшим.	1				
6	Пути эффективного обучения. Методы и формы учебной деятельности при обучении оказанию первой помощи.	1				
7	Организация	1				

	учебного занятия.					
8	Проведение практического занятия и четырёхступенчатый метод обучения.	1				
9	Проведение практического занятия и четырёхступенчатый метод обучения.	1				
10	Технология активного обучения.	1				
11	Анализ конкретных неотложных ситуаций с наличием пострадавших и принятие решений.	1				
12	Имитационный тренинг.	1				
13	Решение ситуационных задач.	1				
14	Использование наглядных пособий и современного учебного оборудования на занятиях по первой помощи.	1				
15	Основные правила разработки учебного занятия. Структура учебного занятия по обучению оказанию первой помощи.	1				
16	Разработка занятия по обучению оказанию первой помощи.	1				
17	Отработка приёмов проведения лекции, практического занятия, ситуационной задачи.	1				
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>17</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		

### **Список рекомендуемой литературы**

Основы безопасности жизнедеятельности. 8—9 классы: учебник: в 2 частях / Т. В. Кулиниченко, Г. П. Костюк, Л. И. Дежурный [и др.]; под науч. ред. Ю. С. Шойгу. — Москва: Просвещение, 2023.

Основы практической медицины: 10—11 классы: учебное пособие / Л. И. Дежурный, Г. В. Неудачин, Л. Б. Шубина [и др.] — Москва: Просвещение, 2023.

Учебно-методический комплекс по первой помощи

<https://allfirstaid.ru/node/875> <https://mednet.ru/pervaya-pomoshh>