1. **Планируемые результаты:**

Рабочая программа по внеурочной деятельности по основам безопасности жизнедеятельности «Оказание первой помощи» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования СС учетом требований стандартов второго поколения ФГОС. 204 часов в год, 6 часов в неделю.

**Личностные результаты:**

• усвоение правил оказания первой помощи в повседневной жизни, в неотложных ситуациях пострадавшим;
• формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
• формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
• освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
• развитие компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
• формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками.

**Метапредметные :**

• умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
• умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
• умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и неотложных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
• умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области оказания первой помощи, собственные возможности её решения;
• владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

• умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации инфекционных заболеваний), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
• умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
• освоение приёмов действий при оказании первой помощи в опасных и неотложных ситуациях пострадавшим.

**Предметные результаты:**

 умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
•формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
• формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при оказании первой помощи в ситуациях различного характера.

Предлагаемая программа позволяет решить следующие **задачи:**

• изучить основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи в повседневной жизни, при несчастных случаях и травмах;

• формировать чувство необходимости знаний основ медицины и правил оказания первой помощи;

• развить необходимые качества личности для ­умелого и грамотного использования навыков оказания первой помощи во время неотложной ситуации;

• привить навыки оказания первой необходимой помощи в различных жизненных ситуациях;

• помочь учащимся в выборе профессии.

Для более полного и качественного усвоения материала по тематике безопасности жизнедеятельности рекомендуются

1. Результаты первого уровня - приобретение учащимися знаний в области основ медицинских знаний и оказания первой помощи, понимания необходимости использования ЗУНов в повседневной жизни;

2. Результаты второго уровня - сформировать у учащихся практические умения и навыки применения правил доврачебной помощи;

3. Результаты третьего уровня - приобретение учащимися навыков и опыта самостоятельно принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

**Выпускник научится :**
• правила применения средств оказания первой помощи;
• принципы оказания первой помощи;
• принципы иммобилизации и транспортировки пострадавших при переломах;
• способы остановки кровотечений (капиллярных, венозных, артериальных);
• правила техники выполнения обработки ран, наложения повязок на раны, наложения кровоостанавливающего жгута;
• способы проникновения токсинов в организм человека, причины и симптоматика отравлений (пищевые, отравления ядовитыми ягодами и грибами, алкоголем, никотином, угарным газом, медикаментами, ртутью);
• болезни, вызванные вредоносными микроорганизмами, источники инфекций, пути передачи, мероприятия по уничтожению вредоносных микроорганизмов, разновидность иммунитета.

**Выпускник должен научиться:**

• при синдроме длительного сдавливания, при переломах, вывихах, ушибах;
• при кровотечениях (капиллярных, венозных, артериальных);
• при обморожениях ожогах (термических, химических, солнечных);
• при поражении электрическим током;
• при внезапном прекращении сердечной деятельности, при остановке дыхания;
• при обморожении;
• при утоплении;
• при отравлениях (пищевые, отравления ядовитыми ягодами и грибами, алкоголем, никотином, угарным газом, медикаментами, ртутью);
• при инфаркте, гипертоническом кризе, инсульте, обмороке, диабетической коме.

Условия отбора обучающихся на обучение по данной программе.

На обучение по дополнительной общеразвивающей программе «оказание первой помощи» принимаются все желающие из числа обучающихся МБОУ «Ульяновская СОШ», достигшие возраста10лет.

**Возраст обучающихся**, на который рассчитана данная программа – 10 – 14 лет.

**Сроки реализации программы**: 2 года

**Направленность:** Естественно-научная

**Режим занятий:**

-Количество учебных часов за учебный год – 210часов

-Количество занятий и учебных часов в неделю – 6 часов в неделю

-Продолжительность занятия – 40 мин.

-Форма обучения: очная.

-Форма организации деятельности: групповая, индивидуальная

-Форма проведения занятий: аудиторные или внеаудиторные практические занятия.

-Формы аудиторных занятий:

по особенностям коммуникативного взаимодействия педагога и детей: лекция, занятие-игра, мастерская, конкурс, практикум ит.д.;

по дидактической цели: вводное занятие, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, комбинированные формы занятий.

**Формы проведения учебных занятий** подбираются с учетом цели и задач, познавательных интересов и индивидуальных возможностей воспитанников, специфики содержания данной общеразвивающей образовательной программы и возраста воспитанников:

-Деловые и ролевые игры.

-Лекции

-Практические работы

-Упражнения на взаимодействия в группе.

-Конкурсы

-Встречи со специалистами и интересными людьми.

-Беседы.

Программа предполагает подготовку воспитанников к социально значимой роли граждан России. Обучение по общеразвивающей программе представляет собой систему взаимосвязанных заданий, деловых игр и тренингов, в ходе которых воспитанники будут анализировать и моделировать различные ситуации, высказывать и защищать свою и коллективную точки зрения, участвовать в моделировании спасательных ситуаций и оказании первой помощи.

Методы, используемые в обучении

Словесный метод применяется при объяснении теоретического материала по темам курса, для объяснения применения материала и методики исследования.

Наглядный метод применяется как при объяснении теоретического материала, так и для демонстрации результатов работы обучающихся.

Практическая работа необходима при отработке навыков и умений оказания первой помощи пострадавшим, проведении эксперимента или исследования.

Творческое проектирование является очень эффективным, так как помогает развить самостоятельность, познавательную деятельность и активность обучающихся.

Исследовательская деятельность помогает развить у обучающихся наблюдательность, логику, самостоятельность в выборе темы, целей, задач работы, проведении опытов и наблюдений, анализе и обработке полученных результатов

 **Содержание программы**

**Раздел 1. ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ (9 ч).**

 Общие принципы первой помощи (**лекция**).

Характеризуют предназначение и общие правила оказания первой помощи. ушибах и ссадинах.

Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при отравлениях медикаментами, пищевой интоксикации. Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при отравлениях препаратами бытовой химии.

**Раздел 2. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАТИЧЕСКИХ ПОВРЕЖДЕНИЯХ (51 ч).**

Травмы (**практическое занятие**) Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при травмах. Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при ранениях. Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при ушибах и ссадинах, при носовом кровотечении, кровотечениях, переломах, при ранениях (**практические занятия**).Первая помощь при кровотечениях (**практическое занятие**).Первая помощь при кровотечениях. *Переломы (****лекция****).*Способы иммобилизации и транспортировки при переломах. Травматический шок (**лекция**)

**Раздел 3. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТЕРМИЧЕСКИХ ПОРАЖЕНИЯХ И НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ (33ч).**

Ожог (**практическое занятие**).

Вырабатывают в паре навыки в оказании первой помощи при тепловом и солнечном ударе, при отморожении и ожоге и утоплении в походе: при травмах

Электротравма (**лекция**).Отморожение (**практическое занятие**).Утопление

Первая помощь при травматических повреждениях, термических поражениях и несчастных случаях

**Раздел 4. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИЯХ (24ч)**

Отравления. Пищевые отравления (**практические занятия**).

Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при пищевых отравлениях, при отравлениях алкоголем, никотином, угарным газом медицинскими препаратами, отравлениях средствами бытовой химии, пищевыми продуктами и грибами. Отрабатывают в парах приемы оказания первой помощи при отравлениях.

Отравления алкоголем, никотином, угарным газом, фосфорорганическими соединениями, уксусной кислотой ,медицинскими лекарствами, ртутью (**семинар**)

**Раздел 5. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ (9 ч).**

Инфекционные заболевания (**лекция**).

Анализируют возможные последствия неотложных состояний при различных инфекциях, пути их заражения и меры профилактики и значение своевременного оказания первой помощи.

Кишечные инфекции (**проектная деятельность**).Инфекции дыхательных путей (**семинар**).

Кровяные инфекции (**семинар**).Контактно-бытовые инфекции (**семинар**).

Первая помощь при инфекционных заболеваниях (**семинар**)

**Раздел 6. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ВНЕЗАПНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ (9 ч).**

Гипертонический криз. (**лекция**).

Анализируют возможные последствия неотложных состояний при инфаркте и инсульте.

Инфаркт. Инсульт. (**практическое занятие)**

**Раздел 7.ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАТИЧЕСКИХ ПОВРЕЖДЕНИЯХ (18ч)**

Травмы (**практическое занятие**) Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при травмах. Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при ранениях. Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при ушибах и ссадинах, при носовом кровотечении, кровотечениях, переломах, при ранениях (**практические занятия**).

**Раздел 8-9.МЕДИЦИНСКАЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА УЧЕНИКА (51ч)**

Закаливание.Личная гигиена. Медицинская аптечка. Релаксация. Подвижные игры.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование тем**  | **Кол-во** **часов**  |
| **1** | **Общие принципы первой помощи**  | **9ч** |
| **2** | **Первая помощь при травматических повреждениях**  | **51ч** |
| **3** | **Первая помощь при термических поражениях и несчастных случаях**  | **33ч** |
| **4** | **Первая помощь при отравлениях**  | **24ч** |
| **5** |  **Первая помощь при инфекционных заболеваниях** | **9ч** |
| **6**  | **Первая помощь при внезапных заболеваниях**  | **9ч** |
| **7** | **Первая помощь при травматических повреждениях**  | **18ч** |
| **8** | **Медицинская подготовка ученика** | **21ч** |
| **9** | **Физическая подготовка ученика** | **30ч** |
| **Всего**  |  | **204ч**  |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название занятий** | **Кол-во часов**  | **Дата**  |
| **План.**  | **Факт.** |
| **Раздел 1. ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ (9 ч)** |
| 1-3 | Общие принципы первой помощи  | 3ч |  |  |
|  4-6  | Первая помощь. Принципы оказания первой помощи. Последовательность действий, обращение с пострадавшим.  | 3ч |  |  |
| 7-9 | Средства первой помощи. | 3ч |  |  |
| **Раздел 2. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАТИЧЕСКИХ ПОВРЕЖДЕНИЯХ (51 ч)** |
| 10-12 | Травмы (**практические занятия**). | 3ч |  |  |
| 13-15 | Травма/повреждение, ушиб, сдавление, вывих, ссадина, рана. Признаки, первая помощь. | 3ч  |  |  |
| 16-17 | Первая помощь при ранениях (**практические занятия**). | 3ч |  |  |
| 18-20 | Повязка на палец, кисть, локтевой сустав. | 3ч |  |  |
| 21-23 | Повязка на плечевой сустав, грудь. | 3ч |  |  |
| 24-26 | Повязка на голову, глаз, пращевидная повязка. | 3ч |  |  |
| 27-29 | Повязка на таз, коленный сустав, голеностоп. | 3ч |  |  |
| 30-32 | Первая помощь при кровотечениях (**практические занятия**). | 3ч |  |  |
| 33-35 | Виды кровотечение, их признаки и характеристика. Приёмы остановки кровотечения. Первая помощь при носовом кровотечении. | 3ч |  |  |
| 36-38 | Первая помощь при кровотечениях (**практическое занятие**). | 3ч |  |  |
| 39-41 | Примеры остановки кровотечения максимальным фиксированным сгибанием конечности. Точки пальцевого прижатия для остановки артериального кровотечения. Наложение резинового жгута: этапы наложения жгута. Ошибки при наложении жгута. | 3ч |  |  |
| 42-44 | Переломы (**практические занятия**). | 3ч |  |  |
| 45-47 | Закрытые и открытые переломы, признаки, первая помощь. Принципы иммобилизации и транспортировки при переломах | 3ч |  |  |
| 48-50 | Способы иммобилизации и транспортировки при переломах(**практическое занятие**). | 3ч |  |  |
| 51-53 | Способы иммобилизации и транспортировки при переломах: использование повязки, шины | 3ч |  |  |
| 54-56 | Травматический шок (**лекция**). | 3ч |  |  |
| 57-59 | Травматический шок. Степени шока и их признаки. Оказание первой помощи при шоке. Запрещающие действия в рамках оказания первой помощи при шоковом состоянии | 3ч |  |  |
| **Раздел 3. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТЕРМИЧЕСКИХ ПОРАЖЕНИЯХ И НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ (33 ч)** |
| 60-62 | Ожог (**практические занятия**). | 3ч |  |  |
| 63-65 | Степени ожогов. Запрещающие действия при оказании помощи пострадавшим. Первая помощь. Химический ожог: кислотами, щелочами, перекисью водорода. Первая помощь. Химические поражения глаз. Солнечный ожог | 3ч |  |  |
| 66-68 | Электротравма (**лекция**). | 3ч |  |  |
| 69-71 | Причины электротравмы. Варианты прохождения электрического тока по телу. Первая помощь при электротравме: предкардиальный удар, непрямой массаж сердца, искусственное дыхание. | 3ч |  |  |
| 72-74 | Отморожение (**практические занятия**). | 3ч |  |  |
| 75-77 | Признаки отморожения. Степени отморожения.  | 3ч |  |  |
| 78-80 | Порядок оказания первой помощи при отморожениях. | 3ч |  |  |
| 81-83 | Утопление | 3ч |  |  |
| 84-86 | Виды утоплений, причины. Первая помощь при утоплении: искусственное дыхание, непрямой массаж сердца. | 3ч |  |  |
| 87-89 | Первая помощь при травматических повреждениях, термических поражениях и несчастных случаях (**познавательная игра**). | 3ч |  |  |
| 90-92 | Познавательная игра «Первая помощь при термических поражения и несчастных случаях». | 3ч |  |  |
| **Раздел 4. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИЯХ (24ч).** |
| 93-95 | Отравления. Пищевые отравления (**практические занятия**). | 3ч |  |  |
| 96-98 | Виды отравлений. Способы проникновения токсинов в организм человека. Причины пищевых отравлений, симптоматика, первая помощь. | 3ч |  |  |
| 99-101 |  Отравления ядовитыми ягодами и грибами, симптоматика, первая помощь. | 3ч |  |  |
|  102-104 | Отравления алкоголем, никотином (**семинар**). | 3ч |  |  |
| 105-107 | Признаки и первая помощь при отравлениях алкоголем, никотином. | 3ч |  |  |
| 108-110 | Признаки и первая помощь при отравлениях угарным газом, фосфорорганическими соединениями, уксусной кислотой. | 3ч |  |  |
| 111-113 | Отравления медицинскими лекарствами, ртутью (**семинар**). | 3ч |  |  |
| 114-116 | Признаки и первая помощь при отравлениях медицинскими лекарствами, ртутью. | 3ч |  |  |
| **Раздел 5. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ (9 ч).** |
| 117-119 | Инфекционные заболевания (**лекция**). Кишечные инфекции (**семинар**). | 3ч |  |  |
| 120-122 | Инфекции дыхательных путей (**семинар**). | 3ч |  |  |
| 123-125 | Кровяные инфекции (**семинар**). | 3ч |  |  |
| **Раздел 6. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ВНЕЗАПНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ (9 часов).** |
| 126-128 | Гипертонический криз. Проявления гипертонического криза, первая помощь | 3ч |  |  |
| 129-131 | Инфаркт. Инсульт. Первые признаки инсульта, первая помощь до приезда «скорой помощи». | 3ч |  |  |
| 132-134 |  Первые признаки инсульта, первая помощь до приезда «скорой помощи». | 3ч |  |  |
| **Раздел 7. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАТИЧЕСКИХ ПОВРЕЖДЕНИЯХ (18 ч).** |
| 135-137 | Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при травмах и ранениях. | 3ч |  |  |
| 138-140 | Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при ушибах | 3ч |  |  |
| 141-143 | Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи ссадинах и носовом кровотечении | 3ч |  |  |
| 144-146 | Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при переломах | 3ч |  |  |
| 147-149 | Способы иммобилизации и транспортировки при переломах | 3 ч  |  |  |
| 150-152 | Способы иммобилизации и транспортировки при переломах(**практическое занятие**). | 3ч |  |  |
| **Раздел 8. МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА УЧЕНИКА (21ч)** |
| 153-155 | Питьевой режим в походе. | 3ч |  |  |
| 156-158 | Правила использования химических средств защиты от кровососущих. | 3ч |  |  |
| 159-161 | Меры предупреждения травм и заболеваний. | 3ч |  |  |
| 162-164 | Способы транспортировки пострадавшего. | 3ч |  |  |
| 165-167 | Опасности употребления грибов, ягод, трав. | 3ч |  |  |
| 168-170 | Личная гигиена | 3ч |  |  |
| 171-173 | Медицинская аптечка | 3ч |  |  |
|  **Раздел 9. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА УЧЕНИКА (30ч)** |
| 174-176 | Упражнения для укрепления мышц рук, ног, пресса, туловища, шеи, спины. | 3ч |  |  |
| 177-179 | Закаливание. Релаксация.. | 3ч |  |  |
| 180-182 | Игры на развитие выносливости, находчивости, ловкости, развитие глазомера, быстроты реакции | 3ч |  |  |
| 183-185 | Беговые тренировки. Рассказы, беседы о находчивости туристов, спортсменов. | 3ч |  |  |
| 186-188 | Рассказы, беседы о находчивости туристов, спортсменов. | 3ч |  |  |
| 189-191 | Физическая и морально-волевая подготовка | 3ч |  |  |
| 192-194 | Укачивание. Гиподинамия  | 3ч |  |  |
| 195-197 | Спортивные и подвижные игры | 3ч |  |  |
| 198-200 | Утренняя физическая зарядка | 3ч |  |  |
| 201-204 | Итоговое занятие | 3ч |  |  |
| **Итого** | **204ч** |  |  |