

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Департамент образования Вологодской области**

**Комитет по образованию и культуре администрации**

**Вологодского муниципального округа**

**МБОУ ВМО "Федотовская средняя школа"**

**РАССМОТРЕНО**

Заседание МО

\_\_\_\_\_  
Протокол №1 от  
«29».08.2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заседание  
педагогического совета

\_\_\_\_\_  
Протокол №1 от «30». 08.  
2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ ВМО  
«Федотовская средняя  
школа»: Баранова И.В.



\_\_\_\_\_  
Приказ № 168/1 от  
30.«08».2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Начальная медицинская подготовка»**

**НАПРАВЛЕННОСТЬ: ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНАЯ**

Уровень программы: ознакомительный

Возраст обучающихся: 12-18 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель - разработчик:  
Загоскина Людмила Николаевна,  
педагог дополнительного образования

п. Федотово

2023

## **ОГЛАВЛЕНИЕ:**

1. Пояснительная записка.....	3
2. Учебный (тематический) план.....	6
3. Содержание учебного (тематического) плана .....	7
4. Организационно-педагогические условия реализации программы.....	10
5. Список литературы .....	13

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Начальная медицинская подготовка» (далее Программа) имеет естественно-научную направленность и разработана на основе программы «Начальная медицинская подготовка» педагога дополнительного образования ГБОУ Школы № 1357 Крюковой О.П. (г. Москва, 2017 г.). Уровень программы - *ознакомительный*. Программа реализуется с использованием оборудования Центра «Точка роста».

### **Новизна Программы**

В условиях современной жизни молодым людям нужны разносторонние знания, навыки владения достаточно широким спектром реанимационных процедур, меры профилактики и предупреждения различных повреждений организма человека, а также необходим высокий уровень морально-психологической подготовки.

Все эти качества должны закладываться уже сегодня, в подростковом возрасте. Успешное усвоение Программы позволит рассчитывать, что в случае необходимости обучающиеся смогут оказать первую медицинскую помощь себе, товарищам и другим людям.

### **Актуальность Программы**

В настоящее время актуальна и приоритетна проблема сохранения и укрепления здоровья учащихся. В условиях сегодняшних реалий обучающимся необходимо владеть навыками оказания первой помощи, выявления острых и неотложных состояний, иметь представление о факторах, влияющих на здоровье и способах защиты от вредных воздействий. Программа ориентирует обучающихся на знания особенностей анатомии и физиологии человека, на формирование умений и навыков оказания самопомощи, взаимопомощи и первой помощи людям, пострадавшим и попавшим в критические ситуации. Обучение по Программе позволит оберегать здоровье подростков, поднимать статус физической культуры и здорового образа жизни (без вредных привычек), развивать желание оказывать помощь, облегчать боль и страдания людей.

### **Педагогическая целесообразность Программы**

Программа направлена на расширение знаний по гигиене и способствует осознанному выбору будущей профессии, сохранению и укреплению здоровья подрастающего поколения. В данной Программе предлагается проводить большое количество практических занятий и занятий

в игровой форме, что позволит обучающимся лучше усвоить и отработать практические навыки, оценить рациональность своих действий во время оказания первой медицинской помощи.

### **Цель и задачи Программы**

**Цель Программы** - формирование и развитие ценностного отношения к здоровому образу жизни, расширение знаний по биологии и медицине и использование этих знаний для оказания первой медицинской помощи.

### **Задачи Программы**

#### *Обучающие:*

- формирование знаний об основах анатомии, физиологии и гигиены человека;
- расширение кругозора обучающихся 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;
- развитие логического мышления, памяти, внимания;
- формирование познавательной активности, умственной и физической работоспособности.

#### *Воспитательные:*

- воспитание коммуникативных качеств, организованности и самостоятельности, гуманности и милосердия;
- воспитание ответственного отношения к своему здоровью;
- морально - волевая подготовка обучающихся к преодолению трудностей и, при необходимости, последствий чрезвычайных ситуаций.

### **Категория обучающихся**

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте от 12 до 18 лет.

### **Срок реализации Программы**

Срок реализации программы составляет 1 год, 34 часа.

## **Формы и режим занятий**

Занятия по Программе проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.

Предельная наполняемость учебной группы составляет 15 человек. Такое количество детей является оптимальным для организации учебной деятельности.

Занятия проводятся в группах с применением следующих форм организации обучения:

- по количеству обучающихся: групповая, в малых подгруппах;
- по дидактической цели: вводное занятие, занятие по углублению знаний, практическое занятие, экскурсия, занятие по систематизации и обобщению знаний, комбинированные формы занятий.

Занятия по Программе состоят из двух частей: теоретической и практической.

### **Планируемые результаты по итогам обучения по Программе**

По итогам реализации Программы обучающиеся

**будут знать:**

- сущность и социальную значимость медицины и системы здравоохранения;
- анатомические особенности подростков, правила личной гигиены;
- способы остановки кровотечений (капиллярного, венозного, артериального);
- приемы обезболивания и антидотов при отравлении;
- основы народной медицины;
- содержимое аптечки спасателя и уметь этим пользоваться.

По итогам реализации Программы обучающиеся

**будут уметь:**

- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим при ожогах, утоплении, отравлении;
- самостоятельно лечить несложные раны, царапины;
- накладывать асептическую повязку на любую часть тела;
- делать из подручных средств иммобилизующие инструменты при переломах конечностей;
- оказывать помощь при переохлаждениях, проводить реанимационный комплекс при обмороках;
- находить в природе лекарственные травы и применять их в

лечебных целях;

- оказывать быструю и квалифицированную помощь при укусах змей и клещей.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебный (тематический) план

№	Раздел, тема	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации и контроля
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие. Техника безопасности</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	
<b>2.</b>	<b>Резервы нашего организма</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	
2.1	Основы анатомии, физиологии и гигиены человека	2		2	
2.2	Здоровый образ жизни. Профилактика	2		2	Защита проектов
<b>3.</b>	<b>Оказание первой медицинской помощи</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	
3.1	Действия спасателя при пожаре. Первая помощь при ожогах	2	1	3	
3.2	Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания	1		1	
3.3	Первая помощь при утоплении	1	1	2	
3.4	Первая помощь при отравлениях и обмороках	2	1	3	
3.5	Первая помощь при укусах змей, клещей	1		1	
3.6	Первая помощь при солнечных и тепловых ударах	1	1	2	Промежуточный контроль. Тестирование
<b>4.</b>	<b>Доврачебная помощь</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	
4.1	Обезболивающие средства, антидоты при отравлении	2	1	3	

	Предупреждение асфиксии				
4.2	Временная остановка наружного кровотечения	2	2	4	
4.3	Наложение асептических повязок на рану и ожоговую поверхность	2	1	3	Промежуточный контроль. Практическое задание
5	<b>Зеленая аптека. Лекарственные травы</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	Проекты
6	<b>Зачетное занятие</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	Защита проектов
	<b>Итого</b>	<b>21</b>	<b>13</b>	<b>34</b>	

### Содержание учебного (тематического) плана

#### 1. Вводное занятие. Техника безопасности

*Теория.* Знакомство. Обсуждение организационных вопросов. Техника безопасности, регламентирующая поведение в классе во время практических и игровых занятий..

#### 2. Резервы нашего организма

##### Тема 2.1. Основы анатомии, физиологии и гигиены человека

*Теория.* Беседа 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.

##### Тема 2.2. Здоровый образ жизни. Профилактика

*Теория.* Польза физических упражнений. Спортивное долголетие. Причины утомления. Ритм работы. Иммуитет. Органы дыхания. Носовая полость, легкие. Дыхание и движение. Вред курения. Алкоголь - яд для организма. Полезная пища. Обмен веществ и энергия. Соли, жиры, вода, белки, активаторы жизни, биотоки, витамины, гормоны и обмен веществ.

*Форма контроля по 2 разделу* – защита проектов по темам 1 – 2.

### **3. Оказание первой медицинской помощи**

#### **Тема 3.1. Действия спасателя при пожаре. Первая помощь при ожогах**

*Теория.* Тушение горящих участков одежды закрытием брезентом, накидкой, шинелью и с помощью перекатывания по земле, сбросом горячей одежды. Классификация ожогов. Надевание противогаза.

*Практика.* Приемы оказания ПП обгоревшему. Способы надевания противогаза на раненого: сидя у изголовья, лежа на спине или животе.

#### **Тема 3.2. Отморожения. Общее охлаждение организма. Простудные заболевания**

*Теория.* Условия, способствующие отморожению. Четыре степени отморожения. Методы профилактики и экстренной помощи. Ознобление. Профилактика. Общее охлаждение. Простудные заболевания. Профилактика, лечение.

*Практика.* Приемы оказания ПП при обморожении разных степеней.

#### **Тема 3.3. Первая помощь при утоплении**

*Теория.* Способы приближения спасателя к тонущему. Освобождение от захватов тонущего и транспортировка пострадавшего на воде. 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.

*Практика.* Приемы оказания ПП при утоплении.

#### **Тема 3.4. Первая помощь при отравлениях, обмороках**

*Теория.* Способы оказания первой помощи при: пищевом отравлении; отравлении ядовитыми газами; отравлении лекарственными препаратами; отравлении алкоголем и никотином, наркотическими средствами. Меры предосторожности для оказывающих помощь в целях сохранения собственного здоровья. Причины и последствия обмороков. Первая помощь при обмороках. Повторные обмороки.

*Практика.* Первая доврачебная помощь при различных отравлениях, обмороках.

#### **Тема 3.5. Первая помощь при укусах змей, клещей**

*Теория.* Виды ядовитых и неядовитых змей. Признаки укуса. Способы



оказания первой помощи. Виды клещей. Способы оказания первой помощи. Меры предосторожности.

**Практика.** Первая помощь при укусах змей, клещей.

### **Тема 3.6. Первая помощь при солнечных и тепловых ударах**

**Теория.** Солнечный удар. Признаки. Тепловой удар. Признаки. Способы оказания первой помощи, меры предосторожности.

**Практика.** Первая помощь при солнечных и тепловых ударах.

**Форма контроля по 3 разделу** – тестовые задания по темам 1 – 6.

## **4. Доврачебная помощь**

### **Тема 4.1. Обезболивающие средства. Антидоты при отравлении. Предупреждение асфиксии**

**Теория.** Предупреждение или устранение асфиксии: исследование полости рта, закрепление языка булавкой, очищение полости рта от однородной массы, восстановление дыхания. Применение приема Геймлиха

**Практика.** Восстановление дыхания. Способы - «изо рта в рот», «изо рта в нос», путем ритмического сдавливания грудной клетки по Сильвестру, Нильсену. Устранение удушья у пораженных ОВ. Применение приема Геймлиха

### **Тема 4.2. Временная остановка наружного кровотечения**

**Теория.** 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.

**Практика.** Распознавание различных видов кровотечений и различные способы ПП при различных кровотечениях.

### **Тема 4.3. Наложение асептических повязок на рану или ожоговую поверхность**

**Теория.** Понятие о ране. Защита раны. Подготовка поврежденного участка к бинтованию. Бинтование под одеждой. Виды повязок: восьмиобразная, колосовидная, спиральная, циркулярная, повязка «с

портупей», крестообразная. Утепление поврежденной части тела в зимнее время.

**Практика.** Бинтование различных частей тела. Виды повязок: восьмиобразная, колосовидная, спиральная, циркулярная, повязка «с портупей», крестообразная.

**Форма контроля по 4 разделу** – тестовые задания по темам 1 – 3.

## **5. Зеленая аптека. Лекарственные травы**

**Теория.** Краткая характеристика лекарственных трав. Применение трав в оказании первой медицинской помощи. Мать и мачеха, зверобой, мята, подорожник, кровохлебка, тысячелистник, одуванчик, ромашка аптечная, и др.

**Практика.** Работа с гербарными образцами, определителями лекарственных растений. Правила сбора и хранения лекарственных растений.

**Форма контроля по 5 разделу** – проектные работы.

## **6. Зачетное занятие**

**Практика.** Соревнования в течение года. Защита проектов в конце года или на неделе Науки.

**Форма контроля по 6 разделу** - проектные работы. Итоговые тестовые задания.

### **Формы контроля и оценочные материалы**

В процессе реализации Программы используются следующие виды контроля:

1. Начальный контроль: беседы по темам. Оценка знаний.
2. Текущий контроль: повторение и закрепление теоретических знаний и практических умений и навыков. Тестовые работы.
3. Промежуточный контроль: проектные работы.
4. Итоговый контроль: защита проектов на различных уровнях.

### **ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

#### **Методическое обеспечение Программы**

При реализации Программы в учебном процессе используются методические пособия, дидактические материалы, фото и видеоматериалы, журналы и книги, материалы на электронных носителях.

## Материально-технические условия реализации Программы

Продуктивность работы во многом зависит от качества материально – технического оснащения процесса. Реализация программы по теоретической подготовке проводится в помещении образовательной организации с применением технических средств обучения и материалов.

№ п/п	Наименования учебных материалов	Единица измерения	Кол-во
<b>1. Специальное оборудование</b>			
1.1.	Тренажёр - манекен взрослого (голова, торс, конечности) с выносным электрическим контролером для отработки приемов сердечно - легочной реанимации	Комплект	1
1.2.	Тренажёр - манекен взрослого для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей	Комплект	1
1.3.	Набор накладок для имитаций травм и ран	Комплект	1
1.4.	Коврики для проведения гимнастики	шт.	2
1.5.	Аптечка первой помощи	Комплект	1

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### Список литературы, используемый при написании Программы

1. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Межотраслевая инструкция по оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве. – М.: НЦ ЭНАС, 2003.
2. Дэвис Б. Основы выживания в экстремальной ситуации. – М.: Эксмо, 2003.
3. Епифанов В.А. Лечебная физкультура: Справочник/Под ред. проф. В.А. Епифанова. -2-е изд., Медицина, 2003.
4. Милюкова И.В., Евдокимова Т.А. Лечебная физкультура. Новейший справочник / Под общей ред. проф. Т.А. Евдокимовой. - СПб: Сова; М.: Изд-во Эксмо, 2006. - 862 с., ил.И.П. Подласый «Педагогика». М, 2003.
5. Туркина Н.В., Филенко А.Б. Общй уход за больными: Учебник. – М.: Товарищество научных изданий КМК, 2007.