Комитет по образованию Администрация г. Улан-Удэ
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Учебный центр г. Улан-Удэ»

Принята на заседании
Педагогического
Совета МАУ ДО УЦ

Протокол № 13

«26» 08 2026 г.

Утверждаю
Директор МАУ ДО УЦ
г. Улан-Удэ
Скворцова Е.Л.
Приказ № 126 от «27» 08 2026 г.
м.п.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Школа первой помощи»

Составитель:
Толстоброва Людмила Ивановна
Мастер производственного обучения

г. Улан-Удэ

Реализация программы предусмотрена на базе МАУ ДО УЦ г. Улан-Удэ на основе Устава и Лицензии (серия 03Л01 № 0001108), выданной Министерством образования и науки Республики Бурятия 5 апреля 2016 года, регистрационный номер 2557, действительной бессрочно.

Организация-разработчик программы: Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования «Учебный центр г. Улан-Удэ»

Программа рассмотрена на заседании педагогического совета (протокол №____ от _____) утверждена приказом директора МАУ ДО УЦ от _____ № _____.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа первой помощи» (далее – Программа) имеет физкультурно- спортивную направленность.

Программа разработана на основании следующих нормативных документов:

– «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. № 28;

– Федеральный закон РФ №304 от 31.07.2020 г. «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020г. №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9.11.2018г.№196»;

– Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);

– Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);

– Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г.№ 996-р);

– Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р) (далее -Концепция);

– Положение «о порядке разработки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы в МБОУ СОШ №6»

Актуальность программы.

В настоящее время существует проблема ухудшения здоровья подрастающего поколения: распространение среди подростков вредных привычек, а «болезни поведения» стали проблемой современности. Важно, чтобы просвещение подростков было своевременным, поэтому необходимо вовремя сформировать положительное отношение к здоровому образу жизни, научить понимать ответственность за своё поведение и здоровье. Программа способствует углублению знаний школьников по основам медицинских знаний, выработке дополнительных умений и навыков диагностирования заболеваний, оказания первой доврачебной медицинской помощи пострадавшим, выполнению некоторых предписаний врача по уходу за больным. С другой стороны, программа направлена на углубление понимания школьниковбиохимических и физиологических процессов, протекающих на уровне организма человека, различения нормы и патологии.

Отличительная особенность.

Содержание программы имеет особенности, обусловленные задачами развития, обучения и воспитания учащихся, социальными требованиями к уровню развития их личностных и познавательных качеств, психологическими возрастными особенностями учащихся. Содержание и структура курса обеспечивают выполнение требований к уровню подготовки школьников, развитие творческих умений, научного мировоззрения, гуманности, привитие самостоятельности, трудолюбия и заботливого отношения к людям.

Адресат программы.

Программа рассчитана на детей от 14 до 17 лет

Количество обучающихся в группе – не менее 15 человек.

Объем и срок освоения программы.

Объем программы – 36 часов.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Формы обучения

Форма обучения: очная

Занятия проводятся согласно расписанию Центра.

Особенности организации образовательного процесса

Форма занятий - групповая.

Структура проведения занятий включает в себя теоретическую и практическую часть. При этом приоритет отдаётся практической части.

Режим занятий.

Продолжительность занятий устанавливается в зависимости от возрастных и психофизиологических особенностей, допустимой нагрузки учащихся с учетом СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28.

Цель и задачи программы

Цель программы: расширение знаний по медицине и использование их для оказания первой помощи, отрабатывание тактики и навыков правильного поведения, способов быстрого сбора информации о пострадавшем.

Задачи:

Образовательные:

- 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.

Личностные:

- усвоить правила оказания первой помощи в повседневной жизни, в неотложных ситуациях пострадавшим;
- сформировать понимание ценности здорового и безопасного образа жизни;
- сформировать готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоить социальные нормы, правила поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- сформировать коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками.

Метапредметные:

- сформировать у учащихся практические умения и навыки применения правил первой помощи;
- приобрести навыки и опыт самостоятельно принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Предметные:

- изучить правила применения средств оказания первой помощи;
- изучить принципы оказания первой помощи;

– изучить принципы иммобилизации и транспортировки пострадавших при переломах;

– изучить способы остановки кровотечений (капиллярных, венозных, артериальных), техники выполнения обработки ран, наложения повязок на раны, наложения кровоостанавливающего жгута;

– изучить способы проникновения токсинов в организм человека, причины и симптоматика отравлений (пищевые, угарным газом, медикаментами);

– освоить умения оказания первой помощи:

- ✓ 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, угарным газом, медикаментами); обмороке

Учебный план

№ п/п	Тема занятий	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации
1.	**ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ**	3	2	1	
	Организационно-правовые основы первой помощи		1		
1.1	Алгоритм и последовательность оказания первой помощи. Понятие « первая помощь»		1	-	
1.2	Средства для оказания первой помощи.		-	1	опрос
2.	**Оказание первой помощи при угрожающих жизни состояниях**	33	11	22	
2.1	Раны	3	1	2	Опрос, контроль за выполнением практических работ
2.2	Кровотечение	3	1	2	Опрос, контроль за выполнением практических работ
2.3	Переломы	3	1	2	Опрос, контроль за

					выполнением практических работ
2.4	Вывихи, ушиб, растяжение	3	1	2	Опрос, контроль за выполнением практических работ
2.5	Ожоги	3	1	2	Опрос, контроль за выполнением практических работ
2.6	Обморожения .	3	1	2	Опрос, контроль за выполнением практических работ
2.7	Электротравмы.	3	1	2	Опрос, контроль за выполнением практических работ
2.8	Отравления	3	1	2	Опрос, контроль за выполнением практических работ
2.9	Утопление	3	1	2	Опрос, контроль за выполнением практических работ
2.10	Техника наложения бинтовых повязок	3	1	2	Опрос, контроль за выполнением практических работ
2.11	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	3	1	2	Опрос, контроль за выполнением практических работ Зачет
	Итого	36			

Содержание учебного плана

1. Общие принципы оказания первой помощи.

Теория. Алгоритм и последовательность оказания первой помощи.

Средства первой помощи.

Практика. Последовательность действий, обращение с пострадавшим.

Средства первой помощи.

Порядок оказания первой помощи

Понятие «первая помощь». Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, перечень мероприятий по её оказанию. Современные наборы средств и устройств, использующиеся для оказания первой помощи (аптечка первой помощи (автомобильная), аптечка для оказания первой помощи работникам и др.). Основные компоненты, их назначение.

Практика. Последовательность действий, обращение с пострадавшим.

Средства первой помощи.

2. Оказание первой помощи при угрожающих жизни состояния

Теория: Клинические признаки ран и наиболее опасные осложнения. Виды ран: огнестрельные, резанные, колотые, рубленные, ушибленные, рваные, размозженные, укушенные. Клинические признаки ран и наиболее опасные осложнения.

Практика: Клинические признаки ран и наиболее опасные осложнения. Механизм возникновения. Первая помощь. Особенность обработки различных видов ран.

Теория: Понятие кровотечений. Виды кровотечений, их признаки, кровотечения; понятия «кровотечение», «острая кровопотеря»; признаки различных видов наружного кровотечения (артериального, венозного, капиллярного, смешанного);

Практика: Цель и порядок выполнения обзорного осмотра пострадавшего; наиболее часто встречающиеся повреждения при травмах; признаки кровотечения.

Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки; оказание первой помощи при носовом кровотечении.

Теория: Общее понятие закрытой травмы, классификация травм. Ушибы мягких тканей. Растяжение и разрывы связок, сухожилий и мышц. Вывих. Переломы костей. Виды и признаки переломов. Возможные осложнения и первая помощь.

Практика: Особенность обработки различных видов травм. Ушибы мягких тканей. Растяжение и разрывы связок, сухожилий и мышц. Вывих. Первая помощь. Травматический токсикоз. Механизм возникновения. Первая помощь.

Теория: Понятие об ожогах. Частота ожогов в мирное и военное время. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры профилактики.

Практика: Определение площади и тяжести ожога. Ожоговая болезнь и ожоговый шок. Меры борьбы и профилактика. Первая помощь при ожогах: устранение причины, наложение стерильной повязки, введение обезболивающих средств, иммобилизация, покой и согревание.

Теория: Отморожения. Степени отморожения. Ознобление. Общее замерзание.

Практика: Первая помощь и уход за пострадавшим, наложение термоизолирующей повязки при отморожениях.

Теория: Признаки травмы.

Практика: Особенности первой помощи при ударе током.

Теория: Понятие о десмургии. Значение повязок. Общие правила наложения повязок. Перевязочный материал. Правила использования подручных средств для наложения повязок. Виды и типы повязок.

Практика: Перевязочный материал. Правила использования подручных средств для наложения повязок. Виды и типы повязок.

Теория:Признаки жизни и смерти. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения. Способы проверки сознания, дыхания и кровообращения. Методы проведения ИВЛ: «рот ко рту», «рот в нос». Обморок.

- Практика: Отработка навыков определения сознания у пострадавшего;
- техника проведения ИВЛ методом «рот ко рту»;
- техника проведения сердечно- легочной реанимации 1-м и 2-я спасателями;

Планируемые результаты:

В результате реализации программы обучающиеся будут

Знать:

- медицинские термины и понятия;
- правила индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

Уметь:

- оказывать первую помощь в повседневной жизни, при несчастных случаях и травмах, во время неотложной ситуации;
- вести диалог с людьми и достигать в нём взаимопонимания;

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы «Оказание первой помощи» используется следующее:

- учебный кабинет, оснащенный учебными местами, оборудованием;

- оборудование для изучения основ безопасности жизнедеятельности и оказания первой помощи:

- тренажер-манекен для отработки сердечно-легочной реанимации – 1 шт.
- набор имитаторов ранений и поражений – 1 шт.
- комплект шин транспортных лестничных – 1 шт.
- бандаж шейный – 1 шт.
- табельные средства для оказания первой медицинской помощи – 1 комплект

Кадровое обеспечение

Педагог, обладающий знаниями и умениями в области оказания первой помощи и прошедший курсы повышения квалификации.

Формы аттестации

Основными видами отслеживания результатов усвоения учебного материала являются текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестация.

Текущий контроль уровня усвоения материала осуществляется по результатам выполнения обучающимися заданий в течение учебного года, включает в себя следующие формы: наблюдение за обучающимися в ходе работы, тестирование, анализ качества выполненных работ, интерактивные игры.

Формой промежуточной и итоговой аттестации являются: тестирование.

Оценочные материалы

Форма предоставления оценочных материалов

	Планируемые результаты	Диагностический инструментарий
Образовательные результаты	– будут изучены основы медицинских знаний и правил оказания первой помощи в повседневной жизни, при несчастных случаях и травмах; – будут развиты необходимых качеств личности для умелого и грамотного использования навыков оказания первой помощи во время неотложной ситуации; - помощь учащимся в выборе профессии.	Наблюдение, опрос, тестовая работа
Личностные результаты	– будет формировано понимание ценности здорового и безопасного образа жизни; – будет сформирована готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; – будут освоены социальные нормы, правила поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; □	Наблюдение, опрос
Метапредметные результаты Регулятивные	– будут приобретены знания в области основ медицинских знаний и оказания первой помощи, понимания необходимости использования ЗУН в повседневной жизни; – будут сформированы у учащихся практические умения и навыки применения правил доврачебной помощи; – будут приобретенены навыки и опыт самостоятельно принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся	Наблюдение, опрос, тестовые задания

	обстановки и индивидуальных возможностей.	
Коммуникативные	– будут сформированы коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками.	Наблюдение
Предметные результаты	□ будут изучены: ✓ правила применения средств оказания первой помощи; ✓ принципы оказания первой помощи; ✓ принципы иммобилизации и транспортировки пострадавших при переломах; ✓ способы остановки кровотечений (капиллярных, венозных, артериальных), техники выполнения обработки ран, наложения повязок на раны, наложения кровоостанавливающего жгута; □ будет освоено умение оказывать первую помощь при различных видах поражений	Опрос, наблюдение, тестовые задания.

Критерии оценивания

Критерии оценки достижения планируемых результатов

	Оценка уровня теоретической подготовки
Высокий уровень	Обучающийся освоил практически весь объём знаний 71- 100%, предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием. От 71% до 100% правильных ответов на вопросы теста или самостоятельной работы.
Средний уровень	У обучающегося объём усвоенных знаний составляет 70- 50%; сочетает специальную терминологию с бытовой. От 50% до 70% правильных ответов на вопросы теста или самостоятельной работы.
Низкий уровень	Обучающийся овладел менее чем 50% объёма знаний, предусмотренных программой; обучающийся, как правило, избегает употреблять специальные термины. До 50% правильных ответов на вопросы теста или самостоятельной работы.
Оценка уровня практической подготовки	

Высокий уровень	Обучающийся овладел умениями и навыками на 71-100%, предусмотренными программой за конкретный период; работает в учебной среде Scratch самостоятельно, не испытывает особых трудностей; творчески выполняет практические задания. Готов работать над своим проектом.
Средний уровень	У обучающегося объём усвоенных умений и навыков составляет 50-70%; Может определять виды алгоритмов; без помощи педагога создает простейшие проекты. Активно включается в работу над созданием проектов.
Низкий уровень	Обучающийся овладел менее чем 50%, предусмотренных умений и навыков; испытывает серьёзные затруднения при работе с конструктором, обучающийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога. Создает проект только с помощью педагога.
Оценка уровня творческой активности	
Высокий уровень	обучающийся проявляет ярко выраженный интерес к творческой деятельности, к достижению наилучшего результата, коммуникабелен, активен, склонен к самоанализу, генерирует идеи
Средний уровень	обучающийся имеет устойчивый интерес к творческой деятельности, стремится к выполнению заданий педагога, к достижению результата в обучении, инициативен.
Низкий уровень	обучающийся пассивен, безынициативен, неудачи способствуют снижению мотивации, нет стремления к совершенствованию в выбранной сфере деятельности, не может работать самостоятельно
Оценка уровней коммуникативных компетенций, критического мышления, самопрезентации обучающихся	
Высокий уровень	обучащийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной и творческой деятельности; демонстрирует углублённый уровень владения материалом, выходящий за рамки планируемых результатов, указанных в программе; принимает активное участие в конкурсах, начиная с городского и заканчивая региональным или международным уровнем. Принимает активное участие в проектной деятельности.
Средний уровень	обучащийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной и творческой деятельности; уровень усвоения материала соответствует планируемым результатам, указанным в программе; участвует в школьных районных и городских мероприятиях, отражающих содержание программы. При итоговом контроле показывает хорошие результаты.

Низкий уровень	обучащийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной и творческой деятельности, сталкиваясь с трудностями, не доводит начатую работу до конца; уровень 13 усвоения материала ниже планируемых результатов, указанных в программе.

Методическое обеспечение программы

№ п/п	Название раздела, тема	Дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения	Формы подведения итогов
1	Первая помощь. Принципы оказания первой помощи.	Игры на знакомство с учащимися, презентация	Беседа	Опрос
2	Последовательность действий, обращение с пострадавшим.	Презентация, наглядные материалы	Беседа, практические работа под руководством педагога	опрос
3	Раны	Презентация, наглядные материалы	Беседа, практические, работа под руководством педагога	опрос
4	Кровотечение	Презентация, наглядные материалы	Беседа, практические, работа под руководством педагога	опрос
5	Перелом	Презентация, наглядные материалы	Беседа, практические, работа под руководством педагога	опрос
6	Вывихи, ушиб, растяжение	Презентация, наглядные материалы	Беседа, практические, работа под руководством педагога	опрос
7	Ожоги	Презентация, наглядные материалы	Беседа, практические, работа под руководством педагога	опрос
8	Обморожения	Презентация	Беседа, словесные, наглядные	Опрос

9	Электротравмы.	Презентация, наглядные материалы	Беседа, практические, работа под руководством педагога	опрос
10	Отравления	Презентация, наглядные материалы	Беседа, практические, работа под руководством педагога	опрос
11	Утопления	Презентация	Беседа	Опрос
12	Техника наложения бинтовых повязок	Презентация, наглядные материалы	Беседа, практические, работа под руководством педагога	опрос
13	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения .	Видео-лекция	Беседа	Опрос

Основные методы обучения:

- объяснительно-иллюстративный;
- поисковый метод как основа создания творческой среды;
- практический

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.

Формы организации учебного занятия:

- беседа;
- практическое занятие;
- тестирование.

Педагогические технологии.

При реализации Программы используется технология группового обучения, разноуровневого обучения, коллективной творческой деятельности, игровой деятельности.

Алгоритм учебного занятия.

Занятия в зависимости от темы могут делиться на разные виды деятельности.

Примерная структура занятий с использованием различных видов деятельности следующая:

1. Вводный этап занятия – этап занятия, призванный заинтересовать, увлечь детей предстоящей деятельностью. Необходим для создания позитивного эмоционального фона, соблюдение техники безопасности.

2. Основной этап занятия – главный этап, на котором решаются все поставленные цели и задачи.

3. Заключительный (итоговый) этап – завершающий этап занятия, на котором подводится итог занятия, выясняется, что учащемуся понравилось и запомнилось, как он справился с поставленными задачами, научились ли применять на практике, постановка задач для самостоятельного обучения.

Итоговым продуктом занятий является создание проекта.

Приоритетным направлением в воспитательной деятельности является формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни, приобретение навыков и опыта самостоятельно принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей

По результатам программы у обучающихся появится способность и потребность:

- усвоение правил оказания первой помощи в повседневной жизни, в неотложных ситуациях пострадавшим;
- понимание ценности здорового и безопасного образа жизни;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- сформированные коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками.
- приобретение знаний в области основ медицинских знаний и оказания первой помощи, понимания необходимости использования ЗУН в повседневной жизни;
- сформированные практические умения и навыки применения правил доврачебной помощи;
- приобретенные навыки и опыт самостоятельно принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Список литературы для учителя.

1. Абаскалова Н.П «Здоровью надо учиться» М.: Дрофа, 2016
2. Авдеева В.Г., Петий Т.Г., Сборник тестовых заданий Первая помощь – Пермь, 2018
3. Баиров Г.А. Травмотология детского возраста. Л.: Медицина, 2016.
4. Бубнов Бубнова Н.В. «Основы медицинских знаний» М.: Астрель, 2014

   Воробьев Ю.Л. «Основы безопасности жизнедеятельности» М.:, Астрель, 2013
5. Гоголева М.И. «Основы медицинских знаний учащихся» М.: Просвещение, 2015
6. Курцева П.А. «Медико санитарная подготовка учащихся» М.: Просвещение, 2019.
7. Мишин Б.И. «Настольная книга учителя ОБЖ», М.:Астрель, 2013
8. Первая доврачебная помощь: Учебное пособие. М: Просвещение, 2013
9. Федюкович Н.И., « Основы медицинских знаний», учебное пособие для 10- 11 кл., - Ростов н/д «Феникс», 2014г.

Список литературы для учащихся.

1. Антропова М.В. Гигиена детей и подростков. М.: Медицина, 2013
2. Ганатасова Л.П, Гольнева Д.П «Человек и окружающая среда» М.: Просвещение, 2017
3. Сонин Н.И., Сапин М.Р «Биология. Человек» М.: Дрофа, 2014
4. Энциклопедия «Народная медицина» Общие болезни. Т. 1,2. раздел 1 «Как вырастить ребёнка здоровым?». М.: АНС, 2013.