

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СУЗУНСКАЯ СОШ №2»

РАССМОТРЕНО на ШМО.
Протокол № ____ от «____» ____ 2026 г.

СОГЛАСОВАНО.
Зам. директора по ВР

Л.М. Миначенкова
«____» ____ 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ.
Директор школы

О.Ф. Попрыга
«____» ____ 2026.

Рабочая программа
кружка

«Первая помощь»

5-9 класс

Направление: социально - гуманитарное
на 2026-2027 учебный год

Составитель: *Мешалкина Е.Д.*,
учитель математики

I. Пояснительная записка

Направленность программы кружка «Первая помощь» - социально - гуманитарная.

Новизна данной программы заключается в её практико-ориентированном подходе, основанном на принципах симуляционного обучения. В отличие от стандартных уроков ОБЖ, где преобладает лекционная форма, работа кружка строится на:

Игровом моделировании: использование кейс-методов и «квестов», воспроизводящих реальные сценарии (ДТП, бытовые травмы, потеря сознания).

Использовании современного оборудования: применение учебных манекенов-тренажеров с обратной связью (индикаторы правильности компрессий при сердечно-легочной реанимации).

Психологической подготовке: включение упражнений на преодоление паники и стресса, обучение правильной коммуникации с экстренными службами (вызов скорой помощи, взаимодействие с диспетчером).

Актуальность

В современном мире риск возникновения чрезвычайных ситуаций, бытовых травм и несчастных случаев остается достаточно высоким. Статистика показывает, что большинство летальных исходов на догоспитальном этапе происходит не из-за тяжести травмы, а из-за неоказания или неправильного оказания первой помощи окружающими людьми в первые «золотые минуты» после происшествия. Для учащихся 5–11 классов важно не только овладеть теоретическими знаниями по основам безопасности жизнедеятельности, но и сформировать устойчивый психофизиологический навык действий в стрессовой ситуации. Обучение школьников алгоритмам оказания первой помощи способствует формированию ответственного отношения к собственной жизни и здоровью окружающих, а также развитию гражданской позиции.

Создание кружка «Первая помощь» обусловлено рядом факторов:

Социальный заказ: потребность общества в подготовке компетентных граждан, способных оказать помощь до прибытия профессиональных спасателей или медиков.

Возрастные особенности обучающихся: учащиеся 5–9 классов находятся на этапе формирования ценностных ориентаций. В этом возрасте они способны осознанно воспринимать алгоритмы спасения жизни и готовы к отработке серьезных навыков (включая использование дефибрилляторов, наложение жгутов, приемы Геймлиха).

Недостаток практического опыта: программа ликвидирует разрыв между теоретическими знаниями, полученными на уроках ОБЖ, и их практическим применением в «полевых» условиях.

Профилактика детского травматизма: участие в кружке формирует «культуру безопасности», при которой учащиеся начинают лучше осознавать риски и более внимательно относиться к своей безопасности и безопасности сверстников.

Привлечение учащихся к военно-прикладным видам спорта позволяет отвлечь детей от безнадзорности и вредных привычек, тем самым снизить

уровень детской наркомании и преступности.

Цель программы:

- научить воспитанников алгоритму оказания первой помощи и самопомощи.

Задачи программы:

1. Обучающая.

Обучить детей основам теории первой помощи; истории создания и развития методов и алгоритмов оказания первой помощи; основам психологической поддержки и навыкам самопомощи; основам судейства соревнований по оказанию первой помощи.

2. Воспитательная.

Воспитание у учащихся понимания ценности человеческой жизни и гуманистических взглядов на мир; уважение к МЧС и медицинским работникам и их истории. Сформировать у воспитанников целеустремлённость, терпеливость, настойчивость, самоотверженность, коллективизм и коммуникативность. Формировать навыки оказания первой помощи в различных ситуациях и локациях

3. Развивающая.

Развивать у воспитанников внимание, усидчивость, стойкость, память, внимательность.

1). Программа разработана на возрастную группу 11-16 лет.

2). Программа рассчитана на 1 год обучения.

3). Приём детей по желанию.

4). Оборудование для проведения занятий: эластичные бинты, медицинские косынки, жгуты (эйсмарха и турникет), манекены для проведение СЛР, тренажерные коврики, марлевые бинты.

5). В процессе обучения по программе «Первая помощь» необходимо иметь в наличии: лазерные винтовки, экран макет автомата.

Формы проведения занятий – беседа, семинар, зачет, практическое выполнение упражнений по стрельбе.

Режим занятий – два раза в неделю по одному часу.

Перечень учено-методического обеспечения.

Методическая работа:

- разработка планов занятий по темам;
- подготовка дидактического материала к новому учебному году;
- разработка и оформление методических и наглядных пособий;
- использование методических разработок прошлых лет и совершенствование их в процессе практического применения;
- разнообразить методы проведения занятий, а также использовать теоретические и практические рекомендации методистов и педагогов,

применяя для этого видео «Коленька научит», «Основы безопасности жизни» и сеть Интернет;

II. Планируемые результаты.

- Приобретение обучающихся знаний по основам оказания первой помощи;
- Приобретения и развитие навыков оказания психологической поддержки;
- Формирование гуманистического мировоззрения и желания взаимопомощи и взаимовыручки
- Формирование стрессоустойчивых навыков в различных ситуациях.
- Повышение культурного уровня

Требования к уровню подготовки обучающихся.

В целях оценки и контроля результатов обучения в течение учебного года проводятся:

- контрольные занятия по проверке усвоения теоретических знаний по темам курса;
- соревнования на личное первенство среди воспитанников ;
- контрольные занятия по проверке практических навыков наложения повязок;
- контрольные занятия по проверке теоретических знаний и навыков на конкретных ситуациях.

III. Содержание кружка «Меткий стрелок»

№ п/п	Тема (вид программного материала)	Количество часов
1	Введение. Правовые и психологические аспекты	4
2	Алгоритм действий на месте происшествия	6
3	Основы реанимации (базовая СЛР)	12
4	Состояния, сопровождающиеся нарушением сознания	8
5	Кровотечения и ранения	12
6	Травмы опорно-двигательного аппарата	8
7	Термические поражения и прочие состояния	8
8	Итоговый блок: тактическая медицина и сценарии	10
	Всего	68

IV. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Содержание учебного материала	Кол- во часов	Дата	
			план	факт
1.	Знакомство. Цели и задачи. Техника безопасности.	2		
2.	Юридические основы оказания первой помощи в РФ.	2		
3.	Оценка обстановки и обеспечение безопасности.	2		
4.	Оценка состояния пострадавшего (сознание, дыхание, пульс).	2		
5.	Правила вызова экстренных служб (алгоритм общения с диспетчером).	2		
6.	Анатомия и физиология: что нужно знать спасателю.	2		
7.	Техника проведения компрессий грудной клетки на манекене.	4		
8.	Искусственное дыхание: методы и барьерные средства.	2		
9.	Отработка цикла: 30 надавливаний / 2 вдоха (тренинг).	4		
10.	Обморок: причины, симптомы, первая помощь.	2		
11.	Придание устойчивого бокового положения (отработка навыка).	4		
12.	Кома, эпилептический приступ: правила помощи.	2		
13.	Виды кровотечений. Правила наложения давящей повязки.	2		
14.	Наложение жгута и жгута-закрутки (практика).	4		
15.	Виды перевязочных материалов. Техники бинтования (голова, конечности).	4		
16.	Первая помощь при инородных телах в ране.	2		
17.	Переломы: виды, признаки. Принципы иммобилизации.	2		
18.	Наложение шин (подручные средства vs аптечные).	4		
19.	Травмы позвоночника: особенности транспортировки.	2		
20.	Ожоги: термические, химические. Охлаждение.	2		
21.	Обморожения и переохлаждение.	2		
22.	Укусы животных, насекомых и аллергические реакции.	2		
23.	Первая помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути (прием Геймлиха).	2		
24.	Психология оказания помощи: как не запаниковать самому.	2		
25.	Работа в команде: распределение ролей при массовом происшествии.	2		
26.	Сценарная игра «Симуляция ЧС» (разбор кейсов).	4		
27.	Итоговое зачетное занятие (демонстрация навыков).	2		

Материально-техническое обеспечение

1. Манекен-тренажер для сердечно-легочной реанимации (СЛР): желательно с датчиками контроля глубины и частоты компрессий (типа «Максим» или «Амбу»).
2. Тренажер для отработки приема Геймлиха: манекен с имитацией инородного тела в дыхательных путях.
3. Коврики для занятий: гигиенические маты для отработки приемов на полу. Средства для остановки кровотечений и перевязки:
4. Жгуты кровоостанавливающие: жгут Эсмарха (резиновый), жгуты-турникеты

(типа САТ или аналоги) — не менее 10 шт.

5. Перевязочный материал: бинты (стерильные и нестерильные), эластичные бинты, индивидуальные перевязочные пакеты (ИПП).

6. Средства имитации: косынки, салфетки, лейкопластыри.

Средства иммобилизации:

7. Шины: комплект шин (гибкие шины Крамера или современные полимерные шины-трансформеры).

8. Подручные средства: картон, плотный поролон, деревянные планки, косынки (для фиксации рук к туловищу).

9. Шейный воротник: мягкий или жесткий (для демонстрации защиты шейного отдела позвоночника).

Средства для аптечки:

10. Учебная аптечка первой помощи (автомобильная/офисная): для знакомства с составом и правилами использования.

11. Средства индивидуальной защиты (СИЗ): медицинские перчатки (много упаковок, так как это база безопасности), защитные лицевые экраны/маски для СЛР (индивидуальные для каждого ученика).

Методические материалы:

12. Алгоритмы действий (инфографика): плакаты с пошаговыми схемами («Оценка состояния», «Алгоритм СЛР», «Виды кровотечений», «Ожоги»). Они должны висеть в кабинете на видном месте.

13. Учебные пособия: раздаточные памятки для учащихся (алгоритмы в виде чек-листов, которые можно вклеить в тетрадь).

14. Видеоматериалы: подборка качественных обучающих видео (видеоролики от МЧС, Красного Креста или профессиональных центров тактической медицины по наложению жгута, приему Геймлиха).

15. Ситуационные задачи (кейс-задания): карточки с описанием легенд (например: «Вы находитесь в парке, человек упал, не реагирует, что делаете?»).

Технические средства:

16. ПК или ноутбук с проектором: для визуализации лекционного материала.

17. Интерактивная доска: для решения тестов и разбора интерактивных ситуаций.

18. Фотоаппарат/камера: для видеофиксации действий учеников во время тренировок с целью последующего «разбора полетов» (анализ ошибок).