



КОМИТЕТ ПО ВОПРОСАМ ОБРАЗОВАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДОМ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ

618419, г. Березники, Пермский край, проезд Большевикский, 7

тел. 226980/ факс 276083

ОБСУЖДЕНО
Методическим советом ДДЮТЭ
Протокол № 3
от 19 сентября 201 5 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ОСНОВЫ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ»

Возраст обучающихся 14 – 17 лет
Срок реализации программы 2 года

Пальникова
Анастасия Владимировна,
педагог дополнительного
образования
I квалификационной категории

г. Березники, 2015

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*«Человек – песчинка природы.
...Берегите себя!»*

«Страна буквально вкатывается в полосу техногенных катастроф» (С.Шойгу). Сегодня проблемы социальные, экологические, изношенность средств производства, также проблемы, обусловленные сюрпризами природы, ведут к такому положению, которое может привести к дальнейшему росту несчастных случаев. Это напрямую касается и нашего города. Социальная обстановка в Березниках тоже способствует увеличению критических ситуаций.

40 % от всего количества людей, погибших в ЧС, потеряли свои жизни от незнания того, как спасти себя и других, попавших в беду. Первую помощь должен уметь оказывать каждый человек.

Особо это умение необходимо тем школьникам, кто выбирает профессию, связанную с определенным риском, опасной сферой деятельности.

Цель: обучение практическим навыкам по оказанию первой помощи при несчастных случаях.

Задачи:

1. Научить простейшим срочным мероприятиям для спасения жизни и здоровья человека при критических случаях (алгоритмы первой помощи).
2. Дать новые знания по иммобилизации и оказанию первой медицинской помощи при состояниях, вызванных действием окружающей среды.

Программа учитывает следующие дидактические **принципы** и требования:

- Последовательность («от простого к сложному»).
- Доступность, учет возрастных особенностей учащихся.
- Связь со школьными предметами (анатомия человека, биология, ОБЖ).
- Связь между частными и общими знаниями.

Программа курса **разработана на основе пособия** «Методические рекомендации для преподавателей по медицинской и психологической подготовке личного состава штатных и нештатных аварийно-спасательных служб и формирований РСЧС» (Пермь, 2003), **сборника тестовых вопросов** «Первая помощь по поддержанию жизни пострадавших при чрезвычайных ситуациях» (Пермь, 2003), **базовых знаний курса** обучения педагогов при областном центре «Школа медицины катастроф» (2005-2006г.г.) и **сборника программ** элективных курсов «Биология. 9 класс. Предпрофильная подготовка» (составитель И.П.Чередниченко, Волгоград : Учитель, 2006), «Первая помощь. Учебно-методическое пособие для преподавателей учебного предмета «Первая помощь»» (Пермь, 2010 г.) а также программы элективного курса «Основы оказания первой помощи» Винклер С.С. (МАУ ДО ДДЮТЭ, г.Березники).

Предлагаемый курс поможет учащимся расширить область теоретических знаний по анатомии человека, овладеть основными медицинскими терминами и понятиями.

Курсовая подготовка поможет выработать у учащихся верные навыки выполнения приемов первой помощи, умения пользоваться средствами для ее оказания. В процессе обучения особое внимание уделяется активным методам обучения, выработке навыков принятия решений. Поэтому, основу программы составляют практические работы, выходящие за рамки содержания школьного курса. На практических занятиях школьники овладеют определенными навыками и научатся необходимым и простейшим медицинским мероприятиям, направленных на спасение жизни и здоровья пострадавшего.

Закрепление теоретических знаний сочетается с выполнением практических задач. Решать ситуационные и выполнять учебно-тренировочные задачи учащиеся смогут, используя хорошо усвоенные алгоритмы первой помощи. Одновременно это действие является формой контроля.

Занятия проводят педагоги ДДЮТЭ, прошедшие подготовку в краевой «Школе медицины катастроф», имеющие опыт работы в полевых условиях, организации и проведения практических мероприятий.

Формы организации учебного процесса:

- Теоретическое занятие (теоретический материал неразрывно связан с практикой).
- Практическое занятие (овладение практическими навыками). Организовано как в помещении, так и на учебно-тренировочном полигоне.
- Тестирование, анкетирование.
- Тематический комплексный цикл.
- Ситуационные, учебно-тренировочные задачи, полигонный тренинг.
- Самостоятельная подготовка.

Программа курса «Основы оказания первой помощи» в рамках профильной подготовки школьников 8 – 11 классов рассчитана на 2 года, всего 216 часов учебного времени.

Обучение проводится в режиме 1-2 академических часов в неделю. Для более полного погружения в ситуации и проведения зачетных занятий планируется объединить количество часов, отведенных на определенный раздел и проводить 2 – 3 занятия с элементами ролевых игр 1 раз в месяц в объеме 4 часов.

После окончания курса учащимся выдается сертификат за успешное прохождение программы.

Условия реализации программы

Учебно – методическая база:

- школьный учебный кабинет
- спортивная площадка
- учебно-тренировочный полигон

Технические средства обучения:

- фантом подростка для проведения приемов СЛР, имеющий контрольный блок

- анатомические модели для изучения и повторения вопросов по анатомии и физиологии человека
- подручные средства для оказания первой помощи
- учебные слайды
- медицинские носилки
- приспособления для изготовления носилочных средств
- воротник Шанца
- тенты, спальники
- аптечка

Примечание: используется «интеллектуальная модель травмы» - имитатор из числа слушателей курса, способный имитировать состояния пострадавшего, реагировать на действия «спасателей».

Дидактический материал:

- учебные плакаты
- тесты
- карточки с заданиями
- таблички для составления алгоритмов

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН. 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ.

<i>№ n/n</i>	<i>Тема</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Теория</i>	<i>Прак- тика</i>	<i>Формы контроля</i>
1	Введение. Значение ПП (первой помощи). Основополагающие аспекты по ЧС и медицинской помощи	1	1	-	Тест
2	Кровотечения. Виды и характеристика. Гемостаз. Остановка кровотечений. Оказание ПП при кровотечениях.	3	1	2	Практическая самостоятельная работа. Тест
3	Косыночные повязки	2	1	1	Билеты, ситуационная задача
4	Ранения. Десмургия. ПП при ранениях.	4	1	3	Практическая самостоятельная работа. Тест
5	Травматизм. Травмы. -Ушибы. Растяжения. Вывихи. -Травма конечностей. ПП. -Травма позвоночника. ПП. -Травма костей таза. ПП. -Травма живота. ПП. -Травма грудной клетки. ПП. -Травма головы. ЧМТ. ПП. -Переломы закрытые, открытые. ПП. -Травматический шок. Противошоковые мероприятия. -Транспортировка пострадавших. Основные транспортные положения.	22	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	Практическая самостоятельная работа. Тест
6	Основы анатомии и физиологии человека. Правила и порядок осмотра пострадавшего.	2 2	2 1	- 1	
7	Элементарная сердечно-легочная реанимация (СЛР). Способы искусственного дыхания и непрямой массаж сердца. Стабильное боковое положение.	4 2	- 1	4 1	Практическая самостоятельная работа одним и двумя спасателями. Тест
8	Ситуационные задачи. Зачет.	30	6	24	Практическая самостоятельная и групповая работа. Тест.
	ВСЕГО:	72	25	47	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ. 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

1. Введение

Значение первой помощи. Значение само – и взаимопомощи. Основопологающие аспекты по чрезвычайным ситуациям и первой помощи.

Практическая работа. Анкетирование.

2. Первая помощь при кровотечениях

Кровотечения, их виды. Характеристика. Гемостаз. Способы временной остановки кровотечения. Правила наложения и осложнения, вызванные наложением жгута. Порядок оказания первой помощи при кровотечениях. Носовое кровотечение. Мероприятия при внутреннем кровотечении.

Практическая работа.

Первая помощь при кровотечениях. Работа с карточками «Виды кровотечений». Отработка приемов временной остановки наружного кровотечения, техники пальцевого прижатия артерий (плечевой, сонной, бедренной), и других способов. Составление и выполнение алгоритма первой помощи при кровотечении.

3. Первая помощь при ранениях. Десмургия.

Понятие о травмах, виды, характеристика. Возможные осложнения. Понятие о политравме (множественные повреждения). Первоочередные мероприятия первой помощи при ранениях. Понятие «десмургия». Виды повязок, правила наложения бинтовых повязок. Виды перевязочного материала. Табельные и импровизированные повязки, преимущества сплошных (косыночных) повязок при массовых травмах при условии дефицита времени.

Практическая работа. Первая помощь при ранениях с использованием табельных и импровизированных повязок. Наложение повязок на различные анатомические области тела человека. Правила, особенности, отработка приемов наложения бинтовых, пращевидных повязок

4. Косыночные повязки.

Правило «Золотого часа». Виды помощи. Правила, особенности, приемов наложения косыночных повязок.

Практическая работа.

Наложение косыночных повязок на голову, грудь, живот, таз, конечности при различных травмах. Косыночная иммобилизация верхних конечностей. Иммобилизация косыночными повязками при различных травмах.

5. Первая помощь при травматизме

Причины, статистика, и причины травматизма (ДТП и др.). Организация первой помощи при ДТП. Правила, порядок и алгоритмы первой помощи. Порядок действий с пострадавшим на месте происшествия. Правила и порядок места осмотра места происшествия. Порядок вызова скорой медицинской помощи.

Ушибы. Растяжения. Вывихи.

Виды скелетных травм. Понятие «скелетная травма». Биомеханика автодорожной травмы. Основные признаки повреждения при скелетных травмах. Алгоритм первой помощи при ушибах, растяжениях и вывихах.

Практическая работа.

Оказание первой помощи при ушибах, растяжениях и вывихах по алгоритму.

Переломы закрытые, открытые. Алгоритм действий.

Принципы оказания помощи при переломах, их признаки. Роль иммобилизации в оказании первой помощи. Осложнения при переломах. Первая помощь при переломах. Понятие «транспортная иммобилизация» и ее цели. Типичные ошибки при иммобилизации.

Травмы конечностей.

Понятие «травма конечностей». Признаки закрытых переломов конечностей (голень, предплечье). Алгоритм оказания первой помощи при травме голени, стопы, предплечья, кисти. Особенности иммобилизации при травме конечностей.

Практическая работа.

Оказание первой помощи при травме голени, стопы, предплечья, кисти.
Иммобилизация косыночными повязками.

Травма позвоночника.

Основные проявления травмы шейного, грудного, поясничного отделов позвоночника без повреждения спинного мозга. Транспортное положение, особенности перекладывания на щит. Фиксация к носилкам-щит.

Практическая работа.

Транспортное положение, перекладывание пострадавшего способом «скандинавский мостик». Фиксация к носилкам-щит. Правильное наложение шейного воротника (шины Шанса).

Травма костей таза.

Понятие «травма костей таза». Особенности иммобилизации при травме таза. Основные признаки. Транспортное положение. Приемы фиксации таза с помощью косынок.

Практическая работа.

Оказание первой помощи при травме таза. Иммобилизация косыночными повязками. Транспортное положение.

Травма живота.

Понятие «травма живота». Основные проявления закрытой травмы живота с признаками внутреннего кровотечения (травматический шок). Алгоритм оказания первой помощи.

Практическая работа.

Оказание первой помощи при травме живота. Порядок оказания первой помощи. Транспортное положение.

Травма грудной клетки.

Основные проявления закрытой травмы грудной клетки. Алгоритм оказания первой помощи.

Практическая работа.

Оказание первой помощи при травме грудной клетки. Порядок оказания первой помощи. Лейкопластырная черепицеобразная повязка. Транспортное положение.

Травма головы. Черепно-мозговая травма

Понятие «ЧМТ (черепно-мозговая травма)». Признаки закрытой черепно-мозговой травмы. Особенности оказания первой помощи при закрытой черепно-мозговой травме. Алгоритм оказания первой помощи.

Практическая работа.

Оказание первой помощи при закрытой черепно-мозговой травме. Порядок оказания первой помощи. Транспортное положение в сознании.

Травматический шок.

Понятие, причины, признаки травматического шока. Фазы травматического шока. Предупреждение шока. Профилактика шока. Порядок оказания первой помощи.

Противошоковые мероприятия.

Практическая работа.

Отработка порядка оказания первой помощи при травматическом шоке: устранение основной причины травматического шока, восстановление и поддержание проходимости верхних дыхательных путей, придание противошокового положения, согревание пострадавшего.

Транспортировка пострадавших. Основные транспортные положения.

Основные транспортные положения при различных травмах. Правила транспортировки на жестких и мягких носилках. Особенности транспортировки пострадавших без сознания.

Практическая работа:

Отработка традиционных способов перекладывания пострадавшего на носилки. («скандинавский мостик», «перекатывание бревна»). Отработка основных транспортных положений.

6. Основы анатомии и физиологии. Правила и порядок осмотра пострадавшего

Опорно – двигательная система. Осложнения переломов костей. Ткани, виды тканей. Кровотворные органы. Системы органов человека. Функциональные взаимосвязи между системами органов, их значение для

жизнедеятельности человеческого организма. Правила и порядок осмотра пострадавшего. Порядок оценки витальных функций. Последовательность осмотра: голова, шея и шейный отдел позвоночника, грудь, живот, таз, конечности, грудной и поясничный отделы позвоночника. Основные критерии оценки нарушения сознания, дыхания (частоты), кровообращения (наличие пульса на лучевой и сонной артериях, наружное кровотечение)

Практическая работа. Отработка приемов определения пульса (частоты) на лучевой и сонной артериях. Определение точек прижатия артерий, ЧДД (частота дыхательных движений).

7. Элементарная сердечно-легочная реанимация. Способы искусственного дыхания и непрямой массаж сердца. Стабильное боковое положение.

Способы искусственного дыхания. Непрямой массаж сердца при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания. Алгоритм действий.

Практическая работа. Первая помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания. Работа на фантоме по алгоритму. Отработка приема придания стабильного бокового положения.

8. Ситуационные задачи. Зачет.

Ситуационные задачи простые и сложные: организация, проведение, порядок оценки решений. Моделирование психологического стресса: дефицита времени и информации, ограничения рабочего пространства и освещенности места оказания помощи.

Практическая работа. Тестовые задания. Индивидуальная и групповая отработка приемов первой помощи на интеллектуальных моделях. Решение ситуационных задач по сочетанным и комбинированным повреждениям (ДТП, падение с высоты, политравма, сортировка, длительное сдавление и др.).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН. 2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Тема	Всего часов	Теория	Практика	Формы контроля
1.	Повторение основных тем 1-го года обучения	6	-	6	Практическая самостоятельная работа. Тест
2.	Топографическая анатомия	2	2	-	
3.	Аптечка первой помощи. Оснащение и экипировка АСФ.	4	2	2	
4.	Термические травмы	8	4	4	
4.1	Тепловой удар. Солнечный удар. Первая помощь.	2	1	1	Тест.
4.2	Термические травмы. Ожоги. Первая помощь.	2	1	1	Тест
4.3	Термические травмы. Отморожения. Первая помощь.	2	1	1	
4.4	Термические травмы. Замерзания. Первая помощь.	2	1	1	Тест. Игра «Термические травмы».
5.	Химические ожоги.	2	1	1	
6.	Базовая сердечно-легочная реанимация	9	3	6	
6.1	Утопление. Первая помощь при утоплении.	3	1	2	Тест. Практическая работа.
6.2	Базовая сердечно-легочная реанимация при различных ситуациях. Частные вопросы сердечно-легочной реанимации	6	2	4	Тест. Практическая работа.
7.	Ранения.	7	4	3	
7.1	Ранения. Десмургия при сложных ранах различных видов.	3	1	2	
7.2	Профилактика заболеваний, передающихся с кровью.	2	2	-	Викторина
7.3	Инородное тело в ране.	2	1	1	Практическая самостоятельная работа.
8.	Синдром длительного сдавления (СДС). Первая помощь при СДС.	2	1	1	Практическая самостоятельная работа. Тест
9.	Отравления. Первая помощь при отравлениях:	4	4	-	Тест
9.1	- алкоголем, наркотиками	1	1	-	
9.2	- лекарственными препаратами	1	1	-	
9.3	- химическими веществами	1	1	-	
9.4	- бытовых отравлениях.	1	1	-	
10.	Травматизм при различных ЧС. ДТП.	29	10	19	
10.1	Различия оказания первой помощи в зависимости от чрезвычайной	2	2	-	

	ситуации, в том числе ДТП.				
10.2	Травма конечностей. Первая помощь (стопа, бедро, кисть, плечо, лопатка, ключица, суставы)	10	2	8	
10.3	Открытая травма позвоночника. Первая помощь.	2	1	1	
10.4	Открытая травма живота. Первая помощь.	2	1	1	
10.5	Открытая травма грудной клетки. Первая помощь.	2	1	1	
10.6	Травмы глаза, уха и носа	3	1	2	
10.7	Политравма. Сочетанные и комбинированные травмы.	8	2	6	
11.	Транспортировка пострадавшего	24	3	21	
11.1	Транспортировка разных пострадавших с препятствиями.	8	1	7	
11.2	Транспортировка пострадавших из труднодоступных мест.	8	1	7	
11.3	Правила и приемы извлечения пострадавших из автомобиля.	8	1	7	
12.	Неотложные состояния, вызванные заболеваниями (острые нарушения сознания, дыхания, кровообращения, судорожный синдром)	6	5	1	
13.	Уход за больными. Правила и приемы	6	2	4	
14.	Первая психологическая помощь.	10	4	6	Тест. Практическая работа
15.	Основы гигиенических знаний и эпидемиологии.	2	2	-	Тест
16.	Медицинские процедуры (компрессы, техника, способы постановки). Пульс. Характеристика, техника подсчета.	2 2	1 1	1 1	Практическая самостоятельная работа. Тест
17.	Командообразование	5	2	3	
18.	Психологическая подготовка	5	2	3	
19.	Изготовление подручных средств и табельного оборудования	4	-	4	
20.	Ситуационные задачи. Порядок оценки решений. Унифицированный порядок оценки качества оказания первой помощи.	40	4	36	Практическая самостоятельная работа. Тест.
21.	Экскурсии	9	-	9	
21.1	Экскурсия в управление гражданской защиты.	3	-	3	
21.2	Экскурсия в единую диспетчерскую службу спасения.	3	-	3	
21.3	Экскурсия в городскую станцию скорой помощи.	3	-	3	-
22.	Соревнования	24	-	24	

22.1	Судейство на этапе «Оказание первой помощи на соревнованиях «Школа безопасности», «Первая помощь»	8	-	8	
22.2	Городские соревнования по первой помощи среди учащихся	4	-	4	
22.3	Краевые соревнования по первой помощи среди учащихся	8	-	8	
22.4	Подведение итогов соревнований	4	-	4	
23.	Итоговые занятия	4	4	-	
23.1	Диагностика промежуточных знаний, умений	1	1	-	
23.2	Итоговое тестирование и итоговая практическая работа	2	2	-	
23.3	Подведение итогов в форме праздничной программы.	1	1	-	
	Итого за 2 год обучения	216	61	155	
	Итого за 2 года:	288	86	202	

ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

Полученные знания в теоретической части курса:

1 год обучения

- значение первой помощи, само- и взаимопомощи;
- основополагающие аспекты по чрезвычайным ситуациям и первой помощи;
- основы анатомии и физиологии человека;
- виды и характеристика кровотечений, способы временной остановки кровотечения, табельные и импровизированные средства;
- виды и характеристика ран, десмургия, табельные и импровизированные повязки, преимущества сплошных (косыночных) повязок при массовых травмах в условиях дефицита времени;
- основные транспортные положения;
- факторы и причины травм, виды и классификация травм;
- принципы оказания первой помощи при травматическом шоке;
- виды скелетных травм, принципы оказания помощи при переломах, роль скелетной иммобилизации в оказании помощи;
- виды травм головы, ЧМТ, принципы оказания помощи;
- основные проявления травмы грудной клетки, принципы оказания помощи;
- основные проявления закрытых травм и ранений живота, внутренних кровотечений, принципы оказания помощи;
- основные проявления травм позвоночника, принципы оказания помощи;
- основные проявления травмы таза, принципы оказания помощи;
- признаки теплового и солнечного удара.

2 год обучения

- ожоговая травма, зависимость смертности при ожогах от степени и площади ожога;
- понятие об ожогах верхних дыхательных путей, отравлении угарным газом;
- особенности электрических ожогов;
- биомеханика холодовой травмы, степени отморожения, переохлаждение, алгоритм оказания помощи;
- определение синдрома длительного сдавления (СДС), тактику оказания первой помощи при СДС;
- принципы оказания первой помощи при бытовых отравлениях;
- основы эпидемиологии и гигиенических знаний.

Полученные знания, умения, навыки в практической части курса:

- проводить правильный осмотр пострадавших;
- придавать пострадавшим необходимое транспортное положение;
- перекладывать пострадавшего на носилки различными способами;
- извлекать пострадавшего из автомобиля, производить подъем и спуск пострадавшего, переносить при помощи подручных средств, без применения носилочных средств;
- находить и подсчитывать пульс, точки прижатия артерий, измерять АД, считать частоту дыхательных движений пострадавшего;
- применять приемы восстановления проходимости верхних дыхательных путей;
- применять искусственное дыхание «рот в рот» и «рот в нос»;
- проводить комплекс элементарной СЛР (сердечно-легочной реанимации) одним и двумя спасателями;
- проводить временную остановку кровотечения табельными и подручными средствами;
- оказывать помощь при травматическом шоке;

- обрабатывать раны;
- накладывать табельные и импровизированные повязки;
- оказывать первую помощь при скелетной травме, проводить иммобилизацию подручными средствами;
- оказывать первую помощь при травмах головы, груди, живота;
- оказывать первую помощь пострадавшим с острыми заболеваниями и неотложными состояниями;
- оказывать первую помощь при утоплении;
- оказывать первую помощь при СДС (синдром длительного сдавления);
- работать самостоятельно и в группе.

Контроль осуществляется в конце каждого занятия в виде опроса по теме или заполнения тестовой карточки. Контрольные задания, тесты способствуют закреплению и проверке полученных знаний.

Итоговый контроль проводится в виде зачетного комплексного цикла после изучения тем основных разделов, в который входит: индивидуальные тестовые задания и выполнение манипуляций первой помощи, групповое решение ситуационных задач.