

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детско-юношеского туризма и парусного спорта»**

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
протокол № 01 от 01.09.2025

УТВЕРЖДЕНА приказом
№2 от 01.09.2025 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Первая помощь»
(модифицированная)**

Направленность: социально-гуманитарная
Возраст участников: 8-11 лет (учащиеся 2-5 классов)
Срок реализации: 18 часов

Разработчики:
Дементьева Ольга Валерьевна – педагог дополнительного образования
Дементьев Владимир Сергеевич – педагог дополнительного образования

город Новая Ладога
2025 год

Краткая аннотация

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первая помощь» предназначена для обучающихся 8-11 лет (учащихся 2-5 классов) и направлена на обучение детей основам оказания первой помощи.

В муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Центр детско-юношеского туризма и парусного спорта» реализуются следующие дополнительные общеобразовательные программы, направленные на изучение основ оказания первой помощи: «Первая помощь (8-11 лет)», «Первая помощь (12-17 лет)», «Первая помощь (кадетский класс)». Также раздел «Первая помощь» включен в такие программы как: «ЮИД (юные инспекторы движения)», «Автодело», «Автодело (Юнармия)», «Спортивный туризм», «Юные спасатели». Тема первой помощи красной нитью проходит через программы, реализуемые в Центре не только социально-гуманитарной направленности, но туристско-краеведческой и технической направленностей.

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Первая помощь» (далее – Программа) имеет социально-гуманитарную направленность. Программа составлена на основании примерной программы обучения лиц, оказывающих первую помощь в соответствии с порядком об оказании первой помощи, одобренной координационным советом по области образования «Здравоохранение и медицинские науки» (<https://allfirstaid.ru/node/875>).

Программа разработана в соответствии с требованиями:

Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;

Указа Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;

Указа Президента Российской Федерации от 7.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»;

Приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03 мая 2024 № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи»;

Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р;

Постановления Правительства Российской Федерации от 11 октября 2023 года № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения,

дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказа Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Приказа Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 18 декабря 2020 года № 61573 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Письма Минобрнауки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «О направлении информации»;

Устава муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детско-юношеского туризма и парусного спорта».

Актуальность программы. В современном мире, где скорость жизни постоянно растет, а непредвиденные ситуации могут возникнуть в любой момент, умение оказывать первую помощь становится не просто полезным навыком, а жизненной необходимостью. Особенно это касается детей, которые проводят много времени в школе, на прогулках, в спортивных секциях и других местах, где они могут столкнуться с экстренными ситуациями. Именно поэтому дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Первая помощь" приобретает особую актуальность. Программа является дополнением к школьному предмету «Окружающий мир». А также основой для подготовки обучающихся к следующим конкурсам и соревнованиям: военно-патриотическая игра «Зарница 2.0», соревнования «Школа безопасности» и «Юный спасатель», муниципальный этап Всероссийского конкурса юных инспекторов движения «Безопасное колесо».

Отличительная особенность программы заключается в максимальном акценте на практику. В рамках реализации программы используются такие методы как, решение кейсовых и ситуационных заданий, которые позволяют обучающимся не просто получить знания, но и научиться применять их в реальных жизненных ситуациях, что является ключевым навыком. Решение каждого ситуационного задания построено на выполнение универсального алгоритма оказания первой помощи (https://allfirstaid.ru/system/files/algorithm_pp_2024.pdf).

Обучение первой помощи не может быть одинаково для разных возрастных групп. Обучающиеся в возрасте 8-11 лет не могут сделать сердечно-легочную реанимацию или остановить сильное артериальное кровотечение, но могут позвать взрослых, постараться определить состояние пострадавшего, вызвать бригаду скорой помощи, остановить не сильное кровотечение и наложить простую повязку.

Основная идея программы научить детей жизненно необходимому навыку в игровой форме, на примерах из мультфильмов и реальной жизни, применяя педагогические приемы в соответствии с возрастными особенностями. Важно не просто рассказать о том, как это делать, а научить действовать в соответствии с универсальным алгоритмом оказания первой помощи, главным пунктом которого является обеспечение собственной безопасности.

В центре детско-юношеского туризма и парусного спорта тема первой помощи востребована, так как все виды деятельности Центра сопряжены с возможными угрозами: юные туристы ходят в походы, парусники каждый день борются с водной стихией, юные инспекторы движения не застрахованы от травм на велосипеде, так же как обучающиеся по программе автодело.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена:

Формированием жизненно важных навыков и компетенций:

Практическая направленность: программа дает конкретные, применимые на практике знания и умения. Обучающиеся учатся действовать в стрессовых ситуациях, принимать быстрые и правильные решения, выполнять определенные манипуляции (например: остановку кровотечения, наложение повязок).

Развитие ответственности и самостоятельности. Освоение навыков первой помощи воспитывает чувство ответственности за свою жизнь и жизнь окружающих. Человек, обладающий этими знаниями, становится более уверенным в себе и способным действовать самостоятельно в критических ситуациях.

Повышение уровня безопасности. Знание основ первой помощи снижает риски осложнений при травмах и заболеваниях, а также может предотвратить летальные исходы. Это делает общество в целом более безопасным. Для детей не возможно выполнение некоторых элементов первой помощи, в связи с физиологическими особенностями. Но при этом знания, полученные на занятиях, помогут сориентироваться в конкретной ситуации и принять определенные решения.

Воспитательным аспектом:

Гуманизм и эмпатия. Программа прививает ценности взаимопомощи, сострадания и заботы о ближнем. Обучение первой помощи – это акт проявления человечности и готовности прийти на помощь нуждающемуся.

Формирование активной гражданской позиции. Умение оказать первую помощь – это проявление активной гражданской позиции, готовности участвовать в жизни общества и вносить свой вклад в его благополучие.

Преодоление страха и паники. Обучение помогает справиться со страхом перед кровью, травмами и экстренными ситуациями. Знание того, что делать, снижает уровень тревожности и позволяет действовать более рационально.

Образовательной ценностью:

Междисциплинарность. Программа "Первая помощь" тесно связана с такими областями, как биология, анатомия, физиология, психология. Это позволяет интегрировать знания из разных дисциплин и увидеть их практическое применение, а также помочь детям уже в таком возрасте подготовиться к сложным дисциплинам из старших классов.

Развитие когнитивных способностей. Обучение требует запоминания информации, понимания причинно-следственных связей, анализа ситуаций и принятия решений. Это способствует развитию памяти, логического мышления и аналитических способностей.

Мотивация к дальнейшему обучению: Успешное освоение программы первой помощи может стать стимулом для дальнейшего изучения медицины, психологии или других смежных областей. А также заинтересовать детей в обучении по программам, направленным на снижение детского дорожно-транспортного травматизма, реализуемых в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Центр детско-юношеского туризма и парусного спорта».

Социальной значимостью:

Снижение нагрузки на медицинские службы. Своевременное оказание первой помощи может значительно облегчить работу врачей, предотвратив ухудшение состояния пострадавшего до прибытия профессиональной медицинской помощи. В этом вопросе дети тоже играют большую роль: понять необходимость вызова скорой помощи, помочь другу при закупорке верхних дыхательных путей, самому не оказаться в сложной ситуации. Все это возможно после прохождения программы.

Повышение готовности общества к чрезвычайным ситуациям. В условиях стихийных бедствий, техногенных катастроф или других чрезвычайных ситуаций, наличие в обществе людей, умеющих оказывать первую помощь, становится критически важным.

Программа "Первая помощь" является педагогически целесообразной, поскольку она не только вооружает человека жизненно важными навыками, но и формирует его как ответственного, гуманного и активного члена общества. Обучение первой помощи – это не просто занятие, это урок жизни, который может иметь неоценимое значение.

Основная цель программы заключается в формировании у обучающихся готовности к оказанию первой помощи, включающей с себя следующие ключевые компетенции:

способность выявлять состояния, при которых оказывается первая помощь;

способность выполнять мероприятия по оказанию первой помощи в правильной последовательности.

Для успешной реализации поставленной цели необходимо решить следующие задачи:

Обучающие:

дать знания об основных нормативно-правовых актов Российской Федерации в сфере оказания первой помощи;

научить оценивать обстановку, устранять угрозы для себя и пострадавшего, принимать решение о необходимости вызова скорой и подбирать способ помощи;

научить определять признаки состояний, требующих первой помощи (нарушение сознания, остановка дыхания, сильное кровотечение, ожоги, иное);

научить применять универсальный алгоритм первой помощи при различных состояниях;

создать условия для получения опыта оказания первой помощи, в рамках практических занятий;

содействовать формированию представления о профессиях, связанных с первой помощью.

Развивающие:

развить самостоятельность принятия решений при различных чрезвычайных ситуациях;

развить способность работать в команде при решении ситуационных задач;

заинтересовать обучающихся теме оказания первой помощи.

Воспитательные:

содействовать в воспитании законопослушного и ответственного гражданина;

способствовать формированию ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, чувства взаимовыручки и взаимопомощи;

просвещать население (в том числе взрослое) в вопросе оказания первой помощи.

Возраст обучающихся: 8-11 лет (учащиеся 2-5 классов).

Количество обучающихся в группе: 14-15 человек.

Формы обучения: очная.

Режим занятий: 1 занятие 45 минут.

Ожидаемые результаты:

1. Предметные результаты:

Результатом освоения программы является формирование у обучающихся ключевых компетенций по оказанию первой помощи:

способность выявлять состояния, при которых оказывается первая помощь (K1);

способность выполнять мероприятия по оказанию первой помощи (K2) в правильной последовательности.

Для формирования компетенции K1 обучающиеся должны знать: организационно-правовые аспекты оказания первой помощи;

состояния, при которых оказывается первая помощь;

перечень мероприятий по оказанию первой помощи и последовательность их проведения;

приоритетность оказания первой помощи;

правила проведения обзорного осмотра и признаки наружных

кровотечений;

признаки отсутствия сознания;

признаки остановки дыхания и кровообращения;

признаки нарушения проходимости дыхательных путей инородным телом и иных угрожающих жизни и здоровью нарушений дыхания;

правила проведения подробного осмотра пострадавшего на наличие травм, ранений и поражений;

признаки травм, ранений и поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими, поражающими факторами, воздействием излучения;

признаки отравлений, укусов или ужаливания ядовитых животных;

признаки судорожного приступа, сопровождающегося потерей сознания;

проявления острых психологических реакций на стресс.

Для формирования компетенции К1 обучающиеся должны уметь:

оценивать количество пострадавших;

проводить обзорный осмотр пострадавшего для выявления продолжающегося наружного кровотечения;

определять признаки кровопотери;

определять наличие сознания у пострадавшего;

определять наличие дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;

проводить подробный осмотр и опрос (при наличии сознания) пострадавшего для выявления признаков травм, ранений, отравлений, укусов или ужаливаний ядовитых животных, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью: головы, шеи, груди, спины, живота и таза, конечностей;

осуществлять контроль состояния пострадавшего (наличие сознания, дыхания, кровообращения и отсутствие наружного кровотечения).

Для формирования компетенции К2 обучающиеся должны знать:

факторы, представляющие непосредственную угрозу для собственной жизни и здоровья, жизни и здоровья пострадавшего (пострадавших) и окружающих лиц способы перемещения пострадавших;

правила обеспечения собственной безопасности, в том числе с использованием средств индивидуальной защиты (перчатки медицинские, маска медицинская);

правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь;

правила оказания первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения;

правила оказания первой помощи при нарушении проходимости дыхательных путей инородным телом и иных угрожающих жизни и здоровью нарушениях дыхания;

правила оказания первой помощи при травмах, ранениях и поражениях,

вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения;

правила оказания первой помощи при отравлениях, укусах или ужаливаниях ядовитых животных;

правила оказания первой помощи при судорожном приступе, с потерей сознания;

правила оказания первой помощи при острых психологических реакциях на стресс.

Для формирования компетенции К2 обучающиеся должны уметь:

устранять факторы представляющие непосредственную угрозу для жизни и здоровья пострадавшего (пострадавших), а также участников оказания первой помощи и окружающих лиц, в том числе предотвращать дополнительное травмирование пострадавшего (пострадавших);

информировать пострадавшего и окружающих о готовности оказывать первую помощь, а также о начале проведения мероприятий по оказанию первой помощи;

устранять воздействие повреждающих факторов на пострадавшего;

извлекать пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест, и перемещать его в безопасное место;

обеспечивать проходимость дыхательных путей при их закупорке инородным телом;

выполнять временную остановку наружного кровотечения: прямое давление на рану, наложение давящей повязки, наложение кровоостанавливающего жгута;

восстанавливать проходимость дыхательных путей запрокидыванием головы с подъемом подбородка;

призывать окружающих (при их наличии) для содействия оказанию первой помощи, вызывать скорую медицинскую помощь, другие специальные службы, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь;

поддерживать проходимость верхних дыхательных путей приданием устойчивого бокового положения; запрокидыванием и удержанием запрокинутой головы пострадавшего с подъемом подбородка;

выполнять мероприятия по оказанию первой помощи пострадавшему в зависимости от характера травм, ранений, отравлений, укусов или ужаливаний ядовитых животных, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью: накладывать герметизирующую повязку на грудную клетку; промывать желудок путем приема воды и вызывания рвоты; применять охлаждение; применять термоизоляцию и согревание; накладывать повязки на различные участки тела; проводить иммобилизацию (обездвиживание) с использованием медицинских изделий или подручных средств; аутоиммобилизацию или обездвиживание руками травмированных частей тела, для обезболивания и предотвращения осложнений; предотвращать

дополнительное травмирование головы при судорожном приступе с потерей сознания;

придавать и поддерживать оптимальное положение тела пострадавшего;

осуществлять контроль состояния пострадавшего;

оказывать пострадавшему психологическую поддержку;

передавать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или иными нормативными правовыми актами.

2. Метапредметные результаты:

Результатом освоения программы является формирование у обучающихся универсальных навыков, применимых в повседневной жизни и различных сложных ситуациях. Обучающиеся учатся анализировать ситуации, выделять главное и действовать последовательно и логично. Развиваются коммуникативные способности, обучающиеся учатся четко и спокойно объяснять свои действия и слушать других. Важным результатом становится формирование ответственного отношения к жизни и здоровью – как своему, так и окружающих. Эти метапредметные результаты позволят успешно справляться с вызовами не только в чрезвычайных ситуациях, но и в учебе, работе и повседневной жизни.

3. Личностные результаты:

Личностные результаты при освоении программы «Первая помощь» – это основа. Даже взрослые люди зачастую боятся помогать, что связано со страхами навредить пострадавшему, незнанием мер ответственности и правил. Программа "Первая помощь" – это не просто набор инструкций и правил. Это возможность стать более уверенным, ответственным и готовым к различным ситуациям. После освоения программы обучающиеся приобретают:

уверенность действий в критических ситуациях. Знание того, как действовать, когда каждая секунда на счету, придает уверенность. Обучающиеся учатся справляться с эмоциями, не паниковать, действовать спокойно, а главное, правильно оказать первую помощь, когда это будет необходимо;

понятие ответственности и заботы о других. Программа учит брать на себя ответственность за жизнь и здоровье окружающих. Обучающиеся учатся видеть потенциальные опасности и действовать активно, проявляя заботу и неравнодушие. Это формирует более зрелую и социально-активную позицию;

повышение самооценки и чувства собственной значимости. Способность помочь другому человеку, возможно, даже спасти чью-то жизнь, – это мощный стимул для самооценки;

навык быстрого принятия решений. В экстренных случаях нет времени на долгие раздумья. Решение ситуационных задач тренирует способность быстро анализировать конкретную ситуацию, оценивать риски и принимать

оптимальные решения под давлением;
привычки к безопасному поведению.

Критерии и способы определения результативности:

Подготовка завершается итоговой аттестацией, которая включает в себя проверку теоретических знаний и оценку практических навыков.

Проверка теоретических знаний проводится по темам (пример тестирования — Приложение 1):

- организационно-правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказание первой помощи при наружных кровотечениях;
- оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения;
- оказание первой помощи при травмах, ранениях, поражениях и прочих состояниях.

Оценка практических умений и навыков заключается в решении ситуационных задач командой по темам (пример итоговой ситуационной задачи и оценки — Приложение 2, примеры ситуационных задач — Приложение 3):

- оказание первой помощи при наружных кровотечениях;
- оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения;
- оказание первой помощи при травмах, ранениях, поражениях и прочих состояниях.

Индивидуальный учет результатов освоения обучающимися образовательной программы осуществляются на бумажных и (или) электронных носителях.

2. Учебно-тематический план

Таблица 1

№	Наименования тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	в том числе		
			Теорети- ческие занятия	Практи- ческие занятия	
1.	Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	2	1	1	Текущий контроль в форме формализованного наблюдения за выполнением практических работ
2.	Оказание первой помощи при наружных кровотечениях	4	2	2	Текущий контроль в форме формализованного наблюдения за выполнением практических работ
3.	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	2	1	1	Текущий контроль в форме формализованного наблюдения за выполнением практических работ
4.	Оказание первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, прочих состояниях	8	4	4	Текущий контроль в форме формализованного наблюдения за выполнением практических работ
5.	Игра по станциям среди обучающихся по программе: «От теории к реальным действиям»	2	-	2	Итоговый контроль в формате выполнения тестирования и решения ситуационных задач*
	Итого:	18	8	10	

* Решение ситуационных задач в режиме реального времени по оказанию первой помощи пострадавшим с различными повреждениями (травмами, потерей сознания, отсутствием признаков и жизни и с другими состояниями, требующими оказания первой помощи). В процессе решения задач педагог оценивает качество теоретических знаний, практических умений и навыков у обучающихся.

3. Содержание программы

Календарно-тематическое планирование — Приложение 4.

Тема 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи.

Теоретическое занятие по теме 1.

Организация оказания первой помощи в Российской Федерации.

Нормативно-правовая база, определяющая права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи.

Современные аптечки первой помощи, укладки, комплекты и наборы средств и устройств, используемые для оказания первой помощи. Основные компоненты, их назначение.

Порядок оказания первой помощи.

Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.

Перечень мероприятий по оказанию первой помощи и последовательность их выполнения.

Алгоритм оказания первой помощи.

Обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи.

Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний при оказании первой помощи.

Способы извлечения пострадавших из труднодоступных мест и их перемещения в безопасное место.

Приоритетность оказания первой помощи.

Основные правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь.

Тема 2. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях

Теоретическое занятие по теме 2.

Кровотечение, признаки кровопотери.

Признаки наружного кровотечения. Обзорный осмотр пострадавшего.

Способы временной остановки наружного кровотечения.

Прямое давление на рану.

Наложение давящей повязки. Особенности наложения давящей повязки при наличии инородного тела в ране.

Наложение кровоостанавливающего жгута.

Последовательность выполнения мероприятий по остановке кровотечения.

Остановка кровотечения при ранении головы.

Остановка кровотечения при ранении шеи.

Остановка кровотечения при ранении грудной клетки.

Остановка кровотечения при ранении живота и таза.

Остановка кровотечения при ранении конечностей.

Остановка кровотечения при ранении смежных зон.

Практическое занятие по теме 2.

Отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего.

Отработка последовательности и приемов временной остановки наружного кровотечения при ранении головы, шеи, груди, живота, конечностей и смежных зон с помощью прямого давления на рану.

Отработка наложения давящей повязки при ранении головы, груди, живота, конечностей и смежных зон.

Отработка приемов наложения табельных и импровизированных кровоостанавливающих жгутов разных конструкций при ранении конечностей.

Отработка приемов наложения давящей повязки с фиксацией инородного предмета в ране живота, груди, конечностей.

Тема 3. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения.

Теоретическое занятие по теме 3.

Причины нарушения дыхания и кровообращения.

Признаки жизни и правила их определения.

Последовательность и техника проведения сердечно-легочной реанимации.

Прекращение сердечно-легочной реанимации.

Ошибки и осложнения, возникающие при выполнении реанимационных мероприятий.

Использование автоматического наружного дефибриллятора (при его наличии).

Поддержание проходимости дыхательных путей.

Первая помощь при иных угрожающих жизни и здоровью нарушениях дыхания.

Практическое занятие по теме 3.

Отработка последовательности выполнения реанимационных мероприятий.

Оценка обстановки на месте происшествия.

Отработка навыков определения сознания у пострадавшего.

Отработка приёмов восстановления проходимости верхних дыхательных путей.

Оценка признаков жизни у пострадавшего.

Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб.

Отработка приёма перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение.

Тема 4. Оказание первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, прочих состояниях.

Теоретическое занятие по теме 4.

Цель, последовательность и техника подробного осмотра и опроса пострадавшего.

Основные состояния, с которыми может столкнуться участник оказания первой помощи.

Травмы головы.

Травмы шеи.

Травмы грудной клетки. Особенности наложения повязок при травме груди, наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки.

Травмы живота и таза. Особенности наложения повязок на рану при выпадении органов брюшной полости.

Травмы конечностей.

Травмы позвоночника.

Поражения, вызванные термическими факторами.

Поверхностные и глубокие термические ожоги.

Ожог верхних дыхательных путей.

Перегревание.

Отморожение.

Переохлаждение.

Поражения, вызванные химическими факторами.

Поражения, вызванные электрическими факторами.

Воздействие излучения.

Отравления.

Укусы и ужаления ядовитых животных.

Судорожный приступ с потерей сознания.

Помощь пострадавшему в принятии лекарственных препаратов.

Придание и поддержание оптимального положения тела пострадавшего.

Контроль состояния пострадавшего.

Психологическая поддержка пострадавшего.

Транспортировка пострадавшего.

Передача пострадавшего выездной бригаде скорой медицинской помощи, медицинской организации, специальным службам.

Практическое занятие по теме 4.

Проведение подробного осмотра пострадавшего.

Отработка наложения окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки.

Отработка приемов наложения повязок при наличии инородного предмета в ране живота, груди, конечностей.

Отработка приёмов первой помощи при переломах. Иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация, с использованием медицинских изделий, обездвиживание руками травмированных частей тела).

Отработка приемов фиксации шейного отдела позвоночника.

Отработка приемов наложения повязок при ожогах различных областей тела. Применение местного охлаждения.

Отработка приемов наложения термоизолирующей повязки при отморожениях.

Отработка приемов придания оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной кровопотере.

Отработка приемов экстренного извлечения пострадавшего из труднодоступного места, отработка основных приёмов (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания).

Отработка приемов перемещения пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи. Отработка приемов перемещения пострадавших с травмами головы, шеи, груди, живота, таза, конечностей и позвоночника.

Отработка приемов оказания психологической поддержки пострадавшим при различных острых стрессовых реакциях. Способы самопомощи в экстремальных ситуациях.

Тема 5. Игра по станциям среди обучающихся по программе: «От теории к реальным действиям».

Решения теоретического тестирования и ситуационных задач с использованием наглядных пособий и условных пострадавших. В рамках итогового занятия обучающиеся делятся на команды для выполнения заданий, при этом оценивается работа каждого индивидуально.

4. Воспитание

Цель воспитательного раздела дополнительной общеразвивающей программы «Первая помощь» заключается в формировании у обучающихся основ гражданского самосознания и ответственности за здоровье и безопасность свою и окружающих. В рамках данного раздела обучающиеся не только приобретают практические навыки оказания первой помощи, но и развивают понимание своей роли как активных и сознательных членов общества, способных своевременно и эффективно реагировать в экстренных ситуациях, способствует профессиональной ориентации. Воспитательный компонент программы помогает обучающимся осознать значимость медицинских и социальных профессий, связанных с оказанием помощи и поддержкой жизни, что может стать важным ориентиром при выборе будущей профессии. Таким образом, данный раздел способствует формированию ответственного гражданина, готового к активному участию в жизни общества и профессиональному самоопределению.

Задачи воспитательной работы:

формирование ценностного отношения к жизни и здоровью: понимание важности сохранения жизни и здоровья, как своего, так и других людей. Осознание того, что первая помощь – это проявление заботы и ответственности;

развитие эмпатии и сострадания;

воспитание чувства долга и ответственности: понимание, что в экстренной ситуации важно не оставаться равнодушным, а действовать, исходя из своих знаний и возможностей;

привитие навыков безопасного поведения: осознание потенциальных опасностей в быту, на улице, природе и умение их избегать. Формирование привычки соблюдать правила безопасности, предвидеть опасные ситуации;

развитие уверенности в себе и своих силах: понимание, что обладание знаниями по первой помощи дает возможность действовать решительно и эффективно в критических ситуациях.

формирование командного духа и умения работать в группе: в реальных ситуациях первой помощи часто требуется слаженная работа нескольких человек;

воспитание уважения к профессии медицинских работников, спасателей, пожарных, сотрудников Госавтоинспекции.

просветительская деятельность. Создание просветительского материала (видео, буклетов, памяток) для сверстников и взрослых.

Содержание и методы работы:

В рамках данного раздела используются разнообразные формы работы, направленные на достижение поставленных целей:

беседы и дискуссии: обсуждение ситуаций, требующих оказания первой помощи, анализ поступков героев (реальных и вымышленных), размышления о важности взаимопомощи;

ситуационные задания, ролевые игры: моделирование различных сценариев (например, падение, порез, укус насекомого) с последующей отработкой навыков первой помощи. Это позволяет детям почувствовать себя в роли спасателя и научиться действовать в стрессовых ситуациях;

просмотр и обсуждение тематических видеоматериалов: фильмов и мультфильмов, демонстрирующих правила первой помощи и важность безопасного поведения (примеры мультфильмов: «Простоквашино» - эпизод со спасением Шарика, «Приключение Бубы» - серия «Буба в школе», «Ну погоди» - выпуск 1, иные);

участие в мероприятиях: военно-патриотическая игра «Зарница 2.0», соревнования «Школа безопасности» и «Юный спасатель», муниципальный этап Всероссийского конкурса юных инспекторов движения «Безопасное колесо», мастер-классах;

разработка памяток и плакатов: создание детьми собственных наглядных материалов;

проведение мастер-классов, бесед, мероприятий с медицинскими работниками, сотрудниками Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий, Госавтоинспекции, педагогами.

По завершении программы, дети, прошедшие обучение по разделу "Воспитание", будут:

- понимать ценность жизни и здоровья;

- проявлять эмпатию и готовность помочь другим;

- знать и соблюдать основные правила безопасного поведения;

- уметь действовать в простых экстренных ситуациях, оказывая базовую первую помощь;

- чувствовать себя более уверенно в различных жизненных ситуациях;

- уметь анализировать видео материал и использовать полученные из него наблюдения;

- проводить просветительскую деятельность, участвуя в проектах по созданию профилактических материалов;

- иметь представление о профессиях, связанных с первой помощью.

План воспитательной работы (Приложение 5).

5. Ресурсное обеспечение программы

Материально-техническое обеспечение. Занятие по программе проводятся на базе Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детско-юношеского туризма и парусного спорта», по адресу: Ленинградская область, Волховский район, город Волхов, Октябрьская набережная, дом 1 а / образовательных организаций Волховского муниципального района (согласно договоров сетевого взаимодействия).

Информационно-методические условия реализации программы:
учебный план;
календарный график;
методические материалы и разработки;
расписание занятий.

Перечень материалов и оборудования

Таблица 2

Наименования учебных материалов	Единица измерения	Количество
Оборудование		
Тренажер-манекен взрослого пострадавшего для отработки приемов сердечно-легочной реанимации	комплект	1
Расходный материал для тренажеров	комплект	1
Набор имитаторов травм и повреждений	комплект	1
Расходные материалы		
Аптечки для оказания первой помощи	шт.	10
Табельные средства для оказания первой помощи: устройства для проведения искусственного дыхания различных моделей, кровоостанавливающие жгуты, перевязочные средства	комплект	1
Учебно-наглядные пособия		
Учебные пособия по первой помощи пострадавшим	комплект	1
Учебный фильм по первой помощи	шт.	1
Наглядные пособия (слайды, плакаты)	комплект	1
Технические средства обучения		
Мультимедийный проектор	шт.	1
Проекционный экран	шт.	1
Персональный компьютер (ноутбук)	шт.	1

6. Список литературы для педагогов

1. Дежурный Л.И., Закурдаева А.Ю., Закурдаева А.Ю., Кичанова Л.Ю. и др. Школа первой помощи детям: методическое пособие // М.: ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Минздрава России, 2020.
2. Дежурный Л.И., Шойгу Ю.С., Гуменюк С.А. и др. «Первая помощь»: учебное пособие для лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь. // М.: ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Минздрава России. 2018.
3. Методические рекомендации по обучению навыкам оказания первой помощи учащихся 3–11 классов. Документ разработан на базе Белгородского института развития образования.
4. Шуайбова М.О., Гуменюк С.А., Сметанин Г.А. «Формирование навыков оказания первой помощи у детей младшего школьного возраста» // Медицина катастроф. 2024. №4. С. 18–21.
5. Шуайбова М.О., Гуменюк С.А., Дежурный Л.И. «Обучение детей дошкольного возраста приемам оказания первой помощи» Современные проблемы здравоохранения и медицинской статистики. // Научно-практический рецензируемый журнал «Современные проблемы здравоохранения и медицинской статистики».2024. №2. С. 859-872.

Интернет ресурсы для педагогов

1. Все о первой помощи. Л.И.Дежурный, Г.В.Неудахина, А.А.Колодкина, А.Ю.Закурдаева. Учебное пособие для лиц, оказывающих первую помощь в соответствии с Порядком оказания первой помощи. 2025.[интернет ресурс] - https://allfirstaid.ru/system/files/umk/uchebnoe_posobie_pp.pdf .
Дата обращения: 01.09.2025
2. Все о первой помощи. Плакаты в соответствии с Порядком оказания первой помощи. Универсальный алгоритм оказания первой помощи. [интернет ресурс] - https://allfirstaid.ru/system/files/umk/plakat_pp_2025.pdf
Дата обращения: 01.09.2025
3. Все о первой помощи. Плакаты в соответствии с Порядком оказания первой помощи. Первая помощь при закупорке дыхательных путей инородным телом. [интернет ресурс] - https://allfirstaid.ru/system/files/umk/plakat_inorodnoe_telo.pdf
Дата обращения: 01.09.2025
4. Все о первой помощи. Плакаты в соответствии с Порядком оказания первой помощи. Первая помощь при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения. [интернет ресурс] - https://allfirstaid.ru/system/files/umk/plakat_slr.pdf
Дата обращения: 01.09.2025

5. Все о первой помощи. Плакаты в соответствии с Порядком оказания первой помощи. Способы извлечения и перемещения пострадавшего. [интернет ресурс] -
https://allfirstaid.ru/system/files/umk/plakat_izvlechenie.pdf
Дата обращения: 01.09.2025
6. Все о первой помощи. Плакаты в соответствии с Порядком оказания первой помощи. Способы извлечения и перемещения пострадавшего. [интернет ресурс] -
https://allfirstaid.ru/system/files/umk/plakat_izvlechenie.pdf
Дата обращения: 01.09.2025
7. Все о первой помощи. Плакаты в соответствии с Порядком оказания первой помощи. Остановка наружного кровотечения при ранениях различных областей тела. [интернет ресурс] -
https://allfirstaid.ru/system/files/umk/plakat_krovotечение.pdf
Дата обращения: 01.09.2025
8. Все о первой помощи. Плакаты в соответствии с Порядком оказания первой помощи. Травмы. Оптимальное положение тела. [интернет ресурс] -
https://allfirstaid.ru/system/files/umk/plakat_travmy_optimalnoe_polozenie_tela.pdf Дата обращения: 01.09.2025

Список литературы для детей

1. Гошкова Т.В., Гошков М.В. Первые рядом. Пособие по оказанию первой помощи и психологической поддержке для детей и молодежи. <https://disk.yandex.ru/i/Kqb7Au1qo8AkRw>
2. Успенская Е.В. Большое приключение в страну Анатолию. / М: Эксмо, 2018. - 112 с.:ил
3. Адам Кей. Фуу, какое тело! Станные и удивительные секреты твоего тела. [Перевод с английского А.П.Шустовой]. /М: Эксмо, 2022. - 400 с.:ил.

**Тестирование по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программе «Первая помощь»**

Итоговая аттестация

*Необходимо ответить на 7 из 10 вопросов
(заполняется обучающимся)*

Фамилия, имя: _____

1. Первая помощь оказывается во всех нижеперечисленных случаях:
 - а) отсутствие сознания;
 - б) наружные кровотечения;
 - в) угрожающие жизни и здоровью нарушения дыхания;
 - г) поражения, вызванные воздействием излучения;
 - д) судорожный приступ, сопровождающийся потерей сознания;
 - е) отравления;
 - ж) инфаркты и инсульты.

2. В соответствии с существующим законодательством РФ все граждане имеют право оказывать первую помощь пострадавшему после прохождения обучения:
 - а) верно
 - б) неверно.

3. Укажите основную цель обзорного осмотра пострадавшего:
 - а) оценка его общего состояния;
 - б) выявление продолжающегося наружного кровотечения;
 - в) обнаружение ранений различных областей тела;
 - г) определение необходимости оказания первой помощи.

4. Выберите последовательность подробного осмотра пострадавшего, находящегося в сознании:
 - а) голова, шея, грудь, живот, ноги и руки;
 - б) грудная клетка, голова и шея, ноги и руки, живот;
 - в) голова, грудная клетка, живот, шея, руки и ноги;
 - г) ноги и руки, голова и шея, грудная клетка и живот.

5. Для временной остановки сильного кровотечения необходимо выполнить следующие действия:
 - а) осуществить прямое давление на рану, наложить давящую повязку на рану, при неэффективности наложить кровоостанавливающий жгут;
 - б) наложить кровоостанавливающий жгут, рану закрыть стерильной повязкой и придавить сверху рукой;
 - в) наложить давящую повязку на рану, как можно скорее доставить пострадавшего в медицинскую организацию;
 - г) зажать артерию в ране, наложить кровоостанавливающий жгут, наложить

давящую повязку.

6. Признаками артериального кровотечения являются:

- а) пульсирующая алая струя крови, быстро пропитываемая алой кровью одежда пострадавшего;
- б) лужа крови диаметром более 1 метра вокруг пострадавшего;
- в) обильная струя крови темного цвета, сопровождающаяся резким ухудшением состояния пострадавшего;
- г) обильное истечение крови со всей поверхности раны, нарастающая слабость у пострадавшего.

7. При определении признаков жизни у пострадавшего проверяются:

- а) признаки сознания;
- б) признаки сознания и дыхания;
- в) признаки сознания, дыхания, пульса;
- г) признаки сознания, дыхания, реакция зрачков на свет.

8. При ранении головы с кровотечением, прежде всего, необходимо сделать следующее:

- а) остановить кровотечение прямым давлением и давящей повязкой);
- б) проверить признаки сознания, при наличии – выполнить осмотр на предмет травм;
- в) придать устойчивое боковое положение;
- г) зафиксировать голову и шею руками.

9. При переохлаждении в отношении оказания первой помощи верно следующее утверждение:

- а) пострадавшего необходимо аккуратно растереть шерстяной тканью;
- б) человеку с переохлаждением необходимо выполнить простые физические упражнения (пробежаться, присесть несколько раз);
- в) наиболее эффективно погружение пострадавшего в теплую ванну;
- г) пострадавшего необходимо изолировать от холодных поверхностей (пола или земли).

10. Признаки перегревания и теплового удара:

- а) повышенная температура тела;
- б) головная боль, тошнота и рвота;
- в) слабость, потеря сознания, судороги;
- г) все перечисленное;
- д) ничего из перечисленного.

**Пример ситуационной задачи в рамках
итоговой аттестации (игры по станциям) по дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программе «Первая помощь»
(заполняется педагогом)**

Задача:

*Ранней весной Антон помогал папе на стройке дачного домика. На улице было прохладно. Не заметив гвоздя, Антон порезал ногу.
Из раны сильно течет кровь (венозное кровотечение).*

ФИ обучающегося: _____

Время работы: _____

Критерии оценки:

	Аспект	Отметка о выполнении (да/нет)
1.	Перед выполнением задания обучающийся убедился, что рабочая зона безопасна для него и пострадавшего	
2.	Обучающийся работает в медицинских перчатках	
3.	Проведен обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечения	.
4.	Кровотечение обнаружено, остановлено пальцевым прижатием	
5.	На рану наложена скрутка бинта / стерильная марлевая салфетка	
5.	Правильно наложена тугая повязка (края закрыты, повязка наложена туго, не спадает)	
6.	Осуществлен вызов Скорой Помощи	
7.	Выполнены мероприятия по подробному осмотру пострадавшего, в целях выявления признаков травм. (ощупывание пострадавшего в следующем порядке – голова – шея – грудная клетка – спина – живот – таз - нижние конечности - верхние конечности. Сделан вывод об отсутствии других ран.	

8.	Выполнены мероприятия по согреванию пострадавшего	
9.	Выполнена передача пострадавшего бригаде скорой помощи.	
10	Взаимодействие с командой	
11	Личностный вклад в решение задачи	
12	Умение работать в экстренной ситуации (стрессовой)	
13	Логичность решения задачи	

Примеры ситуационных задач

1. Маша и Катя катались во дворе на самокате. Маша отвлеклась на младшую сестру и наехала на скамейку. Упала. Жалуется на резкую боль в правом предплечье. На руке есть сильный отек.
2. Двое друзей пошли кататься в парк аттракционов. После долгого катания на карусели у одного из ребят закружилась голова, он побледнел и потерял сознание.
3. Мама и Таня вечером после спектакля зашли в кофейню попить вкусного горячего шоколада. Таня случайно задела маму, и вылила на нее свой шоколад. Рука у мамы покраснела.
4. На свой день рождения Андрей пригласил все своих одноклассников. Ребята весело проводили время. Но когда пришло время перекусить, один из приглашенных друзей во время еды начал задыхаться и хрипеть. После чего вышел в коридор.
5. Леша и его папа Александр Сергеевич поехали купаться на озеро. Было очень жарко. Но Александр Сергеевич забыл взять с собой зонт. Через какое-то время папа Леши ослаб, и потерял сознание.
6. Юные рыбаки вместе со своими родителями отправились на зимнюю рыбалку. Мороз был такой сильный, что казалось, что вокруг все трещит. И вот долгожданная поклевка, но вытащить рыбу юный рыбак не смог. Так как его руки сильно замерли и не могли двигаться.

Примечание: задачи моделируются в зависимости от группы и уровня их знаний. Каждая задача имеет описание и предварительный «диагноз». Для решения задачи часть детей обыгрывают ситуацию, другим необходимо оказать первую помощь в соответствии с алгоритмом. Для решения каждой задачи обучающиеся выбирают для себя средства защиты в зависимости от ситуации, все необходимое оборудование из аптечки первой помощи.

Календарно-тематическое планирование
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Первая помощь»
на 2025-2026 учебный год

№ группы: 1

№ п/п	Наименование раздела программы	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения занятий (план)	Дата проведения занятий (факт)
1	Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	Организация оказания первой помощи в Российской Федерации	1	02.09.2025	
		Алгоритм оказания первой помощи	1	09.09.2025	
2	Оказание первой помощи при наружных кровотечениях	Кровотечение, признаки кровопотери.	1	16.09.2025	
		Способы остановки кровотечения на различные части тела	1	23.09.2025	
		Наложение давящей повязки	1	30.09.2025	
		Наложение различных видов жгутов	1	07.10.2025	
3	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	Определение наличия признаков жизни пострадавшего	1	14.10.2025	
		Сердечно-легочная реанимация (правила, ошибки)	1	21.10.2025	
4	Оказание первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, прочих состояниях	Подробный осмотр пострадавшего с целью определения вида травм	1	28.10.2025	
		Травмы частей тела	1	05.11.2025	
		Поражения, вызванные термическими факторами	1	11.11.2025	
		Перегревание. Отморожение. Переохлаждение.	1	18.11.2025	
		Поражения, вызванные химическими факторами. Поражения, вызванные электрическими факторами	1	25.11.2025	

		Воздействие излучения. Отравления.	1	02.12.2025	
		Укусы и ужаливания ядовитых животных.	1	09.12.2025	
		Иные состояния	1	16.12.2025	
5	Итоговый контроль.	Решение ситуационных заданий.	2	23.12.2025	

№ группы: 2

№ п/п	Наименование раздела программы	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения занятий (план)	Дата проведения занятий (факт)
1	Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	Организация оказания первой помощи в Российской Федерации	1	13.01.2026	
		Алгоритм оказания первой помощи	1	20.01.2026	
2	Оказание первой помощи при наружных кровотечениях	Кровотечение, признаки кровопотери.	1	27.01.2026	
		Способы остановки кровотечения на различные части тела	1	03.02.2026	
		Наложение давящей повязки	1	10.02.2026	
		Наложение различных видов жгутов	1	17.02.2026	
3	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	Определение наличия признаков жизни пострадавшего	1	24.02.2026	
		Сердечно-легочная реанимация (правила, ошибки)	1	03.03.2026	
4	Оказание первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, прочих состояниях	Подробный осмотр пострадавшего с целью определения вида травм	1	10.03.2026	
		Травмы частей тела	1	17.03.2026	
		Поражения, вызванные термическими факторами	1	24.03.2026	
		Перегревание. Отморожение. Переохлождение.	1	31.03.2026	
		Поражения, вызванные химическими факторами. Поражения, вызванные	1	07.04.2026	

		электрическими факторами			
		Воздействие излучения. Отравления.	1	14.04.2026	
		Укусы и ужаливания ядовитых животных.	1	21.04.2026	
		Иные состояния	1	28.04.2026	
5	Итоговый контроль.	Решение ситуационных заданий.	2	5.05.2026 12.05.2026	

Приложение 5. План воспитательной работы

**План воспитательной работы
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Первая помощь»
на 2025-2026 учебный год**

№ группы: 1

№ п/п	Содержание работы	Описание	Дата
1	Просмотр и обсуждение тематических видеоматериалов	Просмотр мультфильмов: «Простоквашино» - эпизод со спасением Шарика, «Приключение Бубы» - серия «Буба в школе», «Ну погоди» - выпуск 1,	02.09.2025 13.01.2026
2	Профориентационный мастер класс	Мастер-класс по первой помощи от спасателей поисково-спасательного отряда города Новая Ладога	По согласованию
3	Участие в мероприятиях	Муниципальный этап Всероссийского конкурса юных инспекторов движения «Безопасное колесо»	15.09.2025
		Муниципальный этап военно-патриотической игры «Зарница 2.0»	26.04.2026
4	Разработка памятки	Разработка памятки первая помощь при кровотечении	Октябрь 2025
5	Съемка видео	«Первая помощь при венозном кровотечении»	Март 2026