

Министерство просвещения Российской Федерации
Министерство образования и науки Алтайского края
Муниципальное образование Волчихинский район Алтайского края
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Волчихинская средняя школа №2»

РАССМОТРЕНО
на Методическом совете
Протокол №6 от « 18 » мая 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор

С.В. Цицилина
Приказ № 290 от « 11 » августа 2023г.

Дополнительная общеразвивающая программа
«Школа безопасности и основы оказания первой помощи»
Направленность – социально-гуманитарная
Уровень - базовый
(срок реализации - 1 год)
(возраст детей – 11-13 лет)

Автор-составитель:
Бибко Виталий Александрович
учитель ОБЖ

1. Пояснительная записка

Направленность. Программа дополнительного образования "Школа безопасности и основы оказания первой помощи" является программой гуманитарного профиля «Точка роста» в рамках нацпроекта «Образование» по курсу «Основ безопасности жизнедеятельности» для 5-8 классов. Предусматривает знакомство с теорией и практикой оказания первой помощи пострадавшим на месте происшествия, изучение правил безопасного поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

Уровень освоения программы: базовый.

Актуальность программы. Среди предметов естественнонаучного цикла ключевое место в формировании личности безопасного типа принадлежит учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности». Школьная программа этого предмета требует от учащихся усвоения большого объёма теоретических знаний и отработку практических умений и навыков. Сложности обучения этому интересному и важному предмету зачастую возникают в силу слабой учебно-материальной базы, не позволяющей качественно закрепить полученные знания на практике, отсутствия специалистов.

Программа дополнительного образования «Школа безопасности» решает проблему отработки практических навыков поведения в экстремальных ситуациях, способствует устойчивому познавательному интересу учащихся и предоставляет дополнительные возможности для развития их способностей.

Новизна. Программа кружка ориентирована на создание у школьников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации, а также основ оказания первой помощи пострадавшим. В содержание курса «Школа безопасности и основы оказания первой помощи» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них развитию цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

Рабочая программа составлена на основе:

-Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФК (в ред. от 24.03.2021) «Об образовании в Российской Федерации».

-Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв.

Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. №678-р).

-Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

-Приказ Министерства просвещения РФ от 30.09.2020 №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам, утверждённый приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. №196»;

-Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

-Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребёнка» (утв. на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 97.12.2018, протокол №3);

-Устав школы;

-Положение о дополнительных общеразвивающих программах МКОУ «Волчихинская СШ №2» приказ №144 от 5.05.2022г.

Адресат программы. В реализации программы участвуют учащиеся 5-8 классов (11-13 лет). Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Объём и срок освоения программы. Общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы, составляет 68 часов.

Срок реализации программы – 1 год.

Форма обучения: очная. Программа предусматривает 2 вида занятий: теоретические и практические.

Особенности организации учебного процесса. Учащиеся в ходе освоения программы осваивают приёмы безопасного поведения в повседневной жизни, приобретают навыки доврачебной помощи и навыки выживания в условиях автономного существования в природной среде.

Форма организации образовательного процесса. В процессе реализации программы педагог использует следующие формы организации обучения:

- индивидуально-групповые (педагог уделяет внимание нескольким обучающимся на занятии в то время, когда другие работают самостоятельно);
- дифференцированно-групповые (в группы объединяют обучающихся с одинаковыми учебными возможностями и уровнем сформированности умений и навыков);
- работа в парах.

Состав группы детского объединения: разновозрастной и постоянный на период обучения.

Норма наполнения группы – 15 человек. Программа рассчитана на 1 года обучения, усложнение материала из года в год происходит по спирали (т.е. происходит возврат к тем же темам, но с более широким и углубленным изучением), с учетом индивидуальных способностей детей (физических, творческих, морально-волевых).

Режим занятий. Занятия проводятся во внеурочное время, два раза в неделю.

Продолжительность занятий – 40 минут.

2.Цели и задачи программы

Цель программы:

формирование у учащихся практических умений и навыков поведения в экстремальных ситуациях через освоение специальных знаний.

Задачи программы.

Обучающие:

- обучить основным приёмам безопасного поведения при возникновении опасных ситуаций природного, техногенного, социального характера;
- научить пользоваться средствами индивидуальной защиты;
- сформировать начальные навыки доврачебной помощи;
- обучить основным приёмам выживания в условиях автономного пребывания в природной среде.

Развивающие: развивать познавательную и творческую активность, коммуникативные умения, коммуникабельность.

Воспитательные: формировать сознательное и ответственное отношение к вопросам личной безопасности, потребность в самопознании и саморазвитии, чувство коллективизма.

3. Планируемые результаты

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в экстремальных ситуациях, угрожающих здоровью и жизни;
- готовность и способность к саморазвитию и реализации творческого потенциала;
- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со взрослыми и сверстниками в процессе образовательной, общественно полезной, творческой и других видов деятельности;
- признание необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- потребность в осознанном выполнении правил личной и коллективной безопасности.

Метапредметные результаты:

- самостоятельно (с помощью педагога) определять цели обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в экстремальных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- определять понятия, самостоятельно выбирать основания и критерии, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы;
- применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения различных задач;
- компетентность в области использования информационно коммуникационных технологий;
- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов.

Предметные результаты: по итогам освоения программы учащиеся должны знать:

- опасные факторы основных видов опасных ситуаций и алгоритм безопасных действий;
- меры профилактики возникновения опасных ситуаций;
- назначение и принцип действия средств индивидуальной защиты органов дыхания;
- общие принципы оказания доврачебной помощи при травмах и ранениях;
- виды ран и кровотечений;
- виды повязок;
- виды переломов;
- правила транспортировки пострадавшего при различных видах травм;
- правила оказания доврачебной помощи при тепловом и солнечном ударе, обморожении;
- правила оказания доврачебной помощи при термических ожогах;
- правила проведения сердечно-лёгочной реанимации;
- международные сигналы бедствия;
- общие принципы строительства временных укрытий;
- способы добывания огня и меры безопасности;
- пользоваться подручными средствами пожаротушения и порошковым огнетушителем;
- использовать приёмам безопасного поведения на водоёмах;

- изготавливать ватно-марлевую повязку;
- подбирать противогаз и пользоваться им;
- обрабатывать раны и ссадины, накладывать простейшие повязки;
- накладывать давящую повязку и жгут на повреждённую конечность;
- накладывать бинтовые повязки различного вида;
- проводить иммобилизацию при травмах опорно-двигательного аппарата;
- извлекать инородное тело из дыхательных путей;
- проводить сердечно-лёгочную реанимацию.

4. Содержание программы

Тема №1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (10ч.)

Город и село как среда обитания человека. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. Особенности природных условий в городе и селе.

Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе. Безопасность в повседневной жизни.

Тема №2. Опасные ситуации техногенного характера (8 ч.)

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

Практика: составление безопасного маршрута движения из дома в школу и назад; отработка эвакуации при пожарной тревоге в образовательном учреждении; составление дневника безопасного поведения в бытовых ситуациях.

Тема №3. Опасные ситуации природного характера (4ч)

Погодные явления и безопасность человека. Безопасность на водоемах.

Практика: составление дневника наблюдения на основе программ СМИ.

Тема №4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2ч)

Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Основы оказания первой помощи (27 ч). Практика: отработка алгоритмов действий по оказанию первой помощи – последовательность мероприятий по оказанию первой помощи, наложение повязок, обработки ран, наложение шины (медицинской, из подручных средств), остановки кровотечения (наложение кровоостанавливающего жгута и др.), ИВЛ и непрямой массаж сердца, извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей, извлечение пострадавшего из автомобиля.

Тема № 5 Возможные травмы и поражения при ЧС. Виды ЧС. ЧС природного характера, техногенного и социального характера.

Тема № 6 Методы и средства оказания первой помощи. Основные правила оказания первой помощи (далее - ПП). Определение первоочередности оказания ПП. Перевязочные и иммобилизационные средства. Методы оказания ПП, асептика и антисептика. Средства оказания ПП, перевязочные средства.

Тема № 7. Первоочередные меры при ранениях и травмах. Первая помощь при ранениях.

Виды ран. Виды кровотечений и способы их остановки. Правила наложения повязок. Перевязочные средства. Наложение бинтовых повязок. Оказание первой помощи при механических повреждениях костей. Разновидности переломов. Способы наложения транспортной иммобилизации. Разновидности травматического шока. Способы транспортировки пострадавших. Первая помощь при ушибах и вывихах, ожогах, при отморожении, при тепловом и солнечном ударе.

Тема №8. Проведение сердечно-легочной реанимации. Экстренная реанимационная помощь. Донорский метод искусственной вентиляции легких. Реанимационные мероприятия. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Признаки клинической смерти.

Тема № 9. Первая помощь при автодорожном происшествии. Основные причины гибели пострадавших и типичные ошибки при оказании первой помощи. Понятие о черепно-мозговой травме и коматозном состоянии. Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы. Дальнейшая последовательность осмотра пострадавшего и оказание помощи. Координация действий помощников. Правила транспортировки пострадавшего.

Тема № 10. Помощь при утоплении. Этапы оказания помощи. Признаки истинного (синего) утопления. Причины смерти в первые минуты после спасения. Экстренная помощь при истинном утоплении. Помощь при сохранении рвотного и кашлевого рефлексов. Первая помощь пострадавшему без признаков жизни. Оказание помощи после оживления. Медицинская помощь в первые часы после спасения. Помощь при отеке легких. Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.

Тема № 11. Помощь при поражении электрическим током и молнией. Поражающее действие электрического тока. Что такое дефибриляция сердца. Понятие о дефибриляции. Наиболее частые ошибки при оказании помощи. Правила обесточивания пострадавших. Первая помощь при поражении электрическим током. Поражение током высокого напряжения и правила безопасного подхода к пострадавшему. Помощь при поражении током высокого напряжения и молнией.

Тема № 12. Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути. Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии (удушения). Наиболее частые ошибки при оказании первой помощи.

Тема № 13. Помощь пострадавшим при обширных ожогах. Зависимость смертельных исходов от площади и степени ожога. Понятие об ожоговом шоке. Понятие об ожоговой болезни. Схема лечения ожогового шока. Правила оказания помощи на месте происшествия.

Тема № 14. Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники. Понятие о синдроме длительного сдавливания. Причины смерти пострадавших в первые минуты и через несколько суток после освобождения. Правила извлечения пострадавшего из-под завала. Оказание помощи на месте происшествия.

Тема № 15. Помощь при аллергическом шоке. Коварство аллергии. Понятие об аллергенах, антителах и аллергической реакции. Схема развития аллергического шока. Внешние проявления аллергии. Варианты проявления аллергии. Первая помощь.

Тема № 16. Помощь при отравлении алкоголем. Причины алкоголизма и понятие о медиаторе удовольствия. Механизм развития алкогольной зависимости. Патологическое изменения личности при злоупотреблении алкоголем. Сексуальные отклонения при алкоголизме. Внешние признаки алкоголизма. Поражение внутренних органов при алкоголизме. Признаки алкогольного опьянения. Предвестники алкогольной комы.

Тема № 17. Что такое наркомания и как становятся её жертвами. Почему миф об элитарности наркоманов стал величайшим заблуждением нашего века. Понятие о наркотическом опьянении. Течение болезни и внешний вид наркомана. Особенности патологической зависимости. Способы распространения наркотиков. Признаки передозировки наркотиков.

Тема № 18. Помощь больным сахарным диабетом. Основная причина сахарного диабета. Что такое диабетическая кома. Оказание помощи при диабетической коме. Понятие о гипогликемической коме. Маски – предвестники гипогликемической комы. Оказание помощи при гипогликемии. Оказание помощи при гипогликемической коме.

Тема №19. Опасные ситуации в природной среде (6 ч)

Безопасность при встрече с дикими животными. Укусы насекомых и защита от них

Тема №20. Первая помощь при неотложных ситуациях (9 ч)

Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде Оказание первой помощи при различных видах травм. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении, переохлаждении.

Тема №21. Итоговое занятие соревнование-практикум «Помоги себе и другу» (2 ч)

Содержание учебного плана

№ блока	№ занятия	Тема блока, занятия	Количество часов			Формы аттестации и контроля
			всего	теория	практика	
1		Вводное занятие. Человек, среда его обитания, безопасность человека	10	10	0	Составление «ПОПС-формулы»
	1-2	Инструктаж: Город и село как среда обитания человека		2		
	3-4	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища		2		
	5-6	Особенности природных условий в городе и селе		2		
	7-8	Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе		2		
	9-10	Безопасность в повседневной жизни		2		
2		Опасные ситуации техногенного характера	8	4	4	
	11-14	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения		2	2	Задание «Найди нарушителя» (анализ картинок по ПДД)
	15-16	Пожарная безопасность		1	1	Задание «Назови правило пожарной безопасности» (анализ картинок по ПБ)
	17-18	Безопасное поведение в		1	1	Задание «Назови

		бытовых ситуациях				правило безопасности в быту» (анализ картинок по правилам безопасности в быту)
3		Опасные ситуации природного характера	4	2	2	
	19-20	Погодные явления и безопасность человека		1	1	Задание «Верно/неверно»
	21-22	Безопасность на водоемах		1	1	Задание «Верно/неверно»
4		Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2	2		Задание «Установи соответствие» (между изображением ЧС и типом ЧС)
	23	Чрезвычайные ситуации природного характера		1		
	24	Чрезвычайные ситуации техногенного характера		1		
5		Основы оказания первой помощи	27	10	17	Практический зачёт: Показ алгоритма действий первой помощи при различных травмах и поражениях
	25	Возможные травмы и поражения при ЧС		1		
	26-27	Методы и средства оказания первой помощи		1	1	
	28-29	Первоочередные меры при ранениях и травмах		1	1	
	30-35	Проведение сердечно-легочной реанимации		1	5	
	36-37	Первая помощь при автодорожном происшествии.		1	1	
	38-39	Помощь при утоплении.		1	1	
	40-41	Помощь при поражении электрическим током и молнией.		1	1	
	42-45	Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути.		1	3	
	46-48	Помощь пострадавшим при обширных ожогах.		1	2	

	49-51	Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники.		1	2	
6		Опасные ситуации в природной среде	6	6	0	Составление «ПОПС-формулы»
	52-54	Безопасность при встрече с дикими животными		3		
	55-57	Укусы насекомых и защита от них		3		
7		Первая помощь при неотложных ситуациях	9	3	6	Практический зачёт: Показ алгоритма действий первой помощи при неотложных ситуациях
	58-60	Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде		1	2	
	61-63	Оказание первой помощи при различных видах травм		1	2	
	64-66	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении, переохлаждении и ожоге		1	2	
	67-68	Итоговое занятие «Помоги себе и другу»	2		2	Тестирование Практический зачёт: Показ алгоритма действий первой помощи при определённой травме, поражении

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата		Время проведения	Форма занятия	Тема занятия	Количество часов
	план	факт				
					Вводное занятие. Человек, среда его обитания, безопасность человека	10
1-2				беседа	Инструктаж: Город и село как среда обитания человека	
3-4				беседа	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	
5-6				беседа	Особенности природных условий в городе и селе	
7-8				беседа	Взаимоотношения людей, проживающих в городе и селе	
9-10				беседа	Безопасность в повседневной жизни	
					Опасные ситуации техногенного характера	8
11				беседа	Дорожное движение.	
12				беседа	Дорожное движение.	
13				практика	Безопасность участников дорожного движения	
14				практика	Безопасность участников дорожного движения	
15				беседа	Пожарная безопасность	
16				практика	Пожарная безопасность	
17				беседа	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	
18				практика	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	
					Опасные ситуации природного характера	4
19				беседа	Погодные явления и безопасность человека	
20				практика	Погодные явления и безопасность человека	
21				беседа	Безопасность на водоемах	
22				практика	Безопасность на водоемах	
					Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2
23				теория	Чрезвычайные ситуации природного характера	
24				теория	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	
					Основы оказания первой помощи	27
25				беседа	Виды ЧС. Виды травм и поражений. ПП	
26				практика	Основные правила оказания первой помощи	
27				беседа	Первая помощь при ранениях. Виды ран. Виды кровотечений и способы их остановки.	

28				беседа	Правила наложения повязок. Перевязочные средства.	
29				практика	Оказание первой помощи при механических повреждениях костей. Разновидности переломов.	
30				беседа	Реанимационные мероприятия.	
31				практика	Донорский метод искусственной вентиляции легких.	
32				практика	Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца.	
33				практика	Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца.	
34				практика	Экстренная реанимационная помощь.	
35				практика	Признаки клинической смерти.	
36				беседа	Первая помощь при автодорожном происшествии. Понятие о черепно-мозговой травме и коматозном состоянии.	
37				практика	Первая помощь при автодорожном происшествии. Экстренная помощь пострадавшему в состоянии комы. Транспортировка пострадавшего	
38				беседа	Помощь при утоплении. ПП пострадавшему без признаков жизни. Помощь при отеке легких.	
39				практика	Помощь при утоплении. Правила транспортировки. Бледное утопление. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.	
40				беседа	Помощь при поражении электрическим током и молнией. Поражающее действие электрического тока. Понятие о дефибриляции	
41				практика	Первая помощь при поражении электрическим током.	
42				беседа	Помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути. Обстоятельства, способствующие попаданию инородного тела в гортань и трахею. Стадии асфиксии	
43				практика	Отработка навыков извлечения инородного тела на манекене	
44				практика	Отработка навыков извлечения инородного тела на манекене	
45				практика	Отработка навыков извлечения инородного тела на манекене	
46				беседа	Помощь пострадавшим при обширных ожогах. Зависимость смертельных исходов от площади и	

					степени ожога	
47				практика	Помощь пострадавшим при обширных ожогах. Схема лечения ожогового шока.	
48				практика	Помощь пострадавшим при обширных ожогах. Правила оказания помощи на месте происшествия	
49				беседа	Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники. Понятие о синдроме длительного сдавливания. Причины смерти пострадавших в первые минуты	
50				практика	Правила извлечения пострадавшего из-под завала	
51				практика	Помощь пострадавшим при извлечении из-под обломков и завалов зданий и техники. Оказание помощи на месте происшествия.	
					Опасные ситуации в природной среде	6
52-53				беседа	Безопасность при встрече с дикими животными	
54				беседа	Опасные растения и травы	
55				беседа	Съедобные и несъедобные грибы	
56-57				беседа	Укусы насекомых и защита от них	
					Первая помощь при неотложных ситуациях	9
58				беседа	Личная гигиена и оказание первой помощи в природной среде	
59				практика	Оказание первой помощи при различных видах травм	
60				практика	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе,	
61				практика	ПП при обморожении, переохлаждении и ожоге	
62				практика	Наиболее частые причины обмороков	
63				беседа	Понятие о гипертонии	
64				практика	Как измерить артериальное давление и ЧСС. Как оказать первую помощь.	
65				практика	Измерение артериального давления	
66				беседа	Коварство аллергии. Понятие об аллергенах, антителах и аллергической реакции	
67-68					Итоговое занятие «Помоги себе и другу»	2

5. Календарный учебный график

Продолжительность учебных занятий по четвертям:

	Дата		Продолжительность
	Начало четверти	Окончание четверти	
1 четверть			
2 четверть			
3 четверть			
4 четверть			

Продолжительность каникул:

	Дата начала	Дата окончания	Продолжительность в днях
Осенние			
Зимние			
Весенние			
Летние			

6. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: журнал посещаемости, материалы тестирования, результаты практических зачётов и соревнований, фото.

Для определения степени усвоения программы дополнительного образования осуществляются текущий, промежуточный и итоговый контроль. Текущий контроль осуществляется в течение всего учебного года, промежуточный контроль – после прохождения раздела, итоговый контроль – в конце учебного года.

Формы аттестации: тестирование, практический зачёт, соревнование.

Оценочные материалы

Методы диагностики, с помощью которых определяется достижение планируемых результатов: собеседование, тестирование, зачёт, контрольное задание, соревнование, наблюдение.

Мониторинг образовательных результатов

Уровень развития умений и навыков:

Высокий: Может самостоятельно, быстро и без ошибок осуществить действия по оказанию ПП.

Средний: Может самостоятельно осуществить действия по оказанию ПП, но очень медленно, присутствуют неточности.

Низкий: Не может без помощи педагога осуществить действия по оказанию ПП.

7. Список литературы.

1. Бубнов В.Г., Н.В. Бубнова.М., Основы медицинских знаний. 2011 г
2. Бубнов В.Г., Н.В. Бубнова. М. Атлас добровольного спасателя. Первая медицинская помощь на месте происшествия. 2011 г
3. Ильичёв А.А. Популярная энциклопедия выживания – М.: Издательство ЭКСМО-Пресс, 2000. – 496 с.
4. Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т., Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности: 5 кл. / Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, под ред. Ю.Л. Воробьёва – М.: АСТ: Астрель, 2008. – 174 с.

5. Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т., Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл. / Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, под ред. Ю.Л. Воробьева – М.: ООО «Издательство АСТ», 2003. – 206 с.
6. Лопуга В.Ф., Лопуга Е.В. Оказание и обучение оказанию первой помощи и психологической поддержки. Учебное пособие. – Барнаул, 2020.
7. Шойгу С.К., М.И.Фалеев, Г.Н.Кириллов. Учебник спасателя. 3-е изд.,2010 г

Тестирование по итоговому занятию «Помоги себе и другу»

1.Признаки артериального кровотечения

Выберите один или несколько ответов:

1. очень темный цвет крови
- 2. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей**
- 3. большое кровавое пятно на одежде или лужа крови возле пострадавшего**
- 4. над раной образуется валик из вытекающей крови**
5. кровь пассивно стекает из раны

2.Каким образом проводится сердечно-легочная реанимация пострадавшего?

Выберите один ответ:

- 1. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 30 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха методом «Рот ко рту»**
2. Искусственная вентиляция легких и давление руками на грудину пострадавшего: вначале 1 вдох методом «Рот ко рту», затем 15 надавливаний на грудину
3. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 5 надавливаний на грудину, затем 1 вдох методом «Рот ко рту»

3.Вторым действием (вторым этапом) при оказании первой помощи является:

Выберите один ответ:

1. Предотвращение возможных осложнений
- 2. Устранение состояния, угрожающего жизни и здоровью пострадавшего**
3. Правильная транспортировка пострадавшего

4.Признаки венозного кровотечения

Выберите один или несколько ответов:

1. кровь пассивно стекает из раны
2. над раной образуется валик из вытекающей крови
- 3. очень темный цвет крови**
4. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей

5.Куда накладываете кровоостанавливающий жгут на конечность при кровотечении?

Выберите один ответ:

1. Непосредственно на рану.
2. Ниже раны на 4-6 см.
- 3. Выше раны на 4-6 см.**

6.При открытом переломе конечностей, сопровождающимся артериальным кровотечением, оказание первой помощи начинается:

Выберите один ответ:

1. С наложения импровизированной шины
- 2. С наложения жгута выше раны на месте перелома**
3. С наложения давящей повязки

7.Как оказывается первая помощь при переломах конечностей, если отсутствуют подручные средства для их изготовления?

Выберите один ответ:

1. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности плотно прижимают друг к другу и прибинтовывают.
2. Верхнюю конечность, вытянутую вдоль тела, прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, проложив между ними мягкую ткань.
- 3. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, обязательно проложив между ними мягкую ткань.**

8.Какие из перечисленных мероприятий относятся к оказанию первой помощи?

Выберите один или несколько ответов:

- 1. восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей**
2. применение лекарственных препаратов
- 3. выявление признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих жизни и здоровью**
- 4. передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи**
5. сердечно-легочная реанимация
6. определение признаков жизни у пострадавшего ребенка
7. придание оптимального положения телу
8. контроль состояния и оказание психологической поддержки
9. временная остановка наружного кровотечения

10. оценка обстановки и создание безопасных условий для оказания первой помощи

11. вызов скорой медицинской помощи

9.В каком порядке проводятся мероприятия первой помощи при ранении?

Выберите один ответ:

1. Остановка кровотечения, наложение повязки
2. Обеззараживание раны, наложение повязки, остановка кровотечения
- 3. Остановка кровотечения, обеззараживание раны, наложение повязки**

10.Когда должен применяться непрямой массаж сердца?

Выберите один ответ:

1. при кровотечении
2. при применении искусственного дыхания
3. после освобождения пострадавшего от опасного фактора
4. при повышении артериального давления
- 5. при отсутствии пульса**

11.Что делать, если ребенок получил ожог пламенем, кипятком или паром?

Выберите один или несколько ответов:

- 1. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим охлаждать место ожога холодной проточной водой не менее 20 минут**
2. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим приложить холодный предмет к месту ожога, предварительно обернув его куском ткани
3. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком

12.Как проверить наличие дыхания у ребенка при внезапной потере сознания?

Выберите один ответ:

1. в течение 10 секунд внимательно смотреть на его грудную клетку
2. наклониться к ребенку, приложить ухо к его грудной клетке и в течение 10 секунд прислушиваться
- 3. запрокинуть голову ребенка, поднять подбородок, в течение 10 секунд прислушиваться, пытаться ощутить дыхание ребенка на своей щеке, увидеть дыхательные движения его грудной клетки**

13.Как следует уложить пострадавшего при потере им сознания и наличии пульса на сонной артерии для оказания первой помощи?

Выберите один ответ:

1. На спину с вытянутыми ногами
2. Чтобы пострадавший не мог погибнуть от удушья в результате западания языка, его следует положить на живот, чтобы вызвать рвотный рефлекс
- 3. Чтобы пострадавший не мог погибнуть от удушья в результате западания языка, его следует положить на бок так, чтобы согнутые колени опирались о землю, а верхняя рука находилась под щекой**
4. На спину с подложенным под голову валиком

14. Как проверить признаки сознания у ребенка?

Выберите один ответ:

- 1. аккуратно потормозить за плечи и громко спросить «Что случилось?»**
2. поводить перед ребенком каким-нибудь предметом и понаблюдать за движением его глаз
3. спросить у ребенка, как его зовут

15. В каком объеме проводятся мероприятия при прекращении сердечной деятельности и дыхания у пострадавшего?

Выберите один ответ:

- 1. Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких) и НМС (непрямого массажа сердца).**
2. Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких)
3. Проведение НМС (непрямого массажа сердца)

16. Как следует расположить руки на грудной клетке пострадавшего при давлении руками на его грудину (выполнении непрямого массажа сердца)?

Выберите один ответ:

1. Основания ладоней обеих рук должны располагаться на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону левого плеча пострадавшего, а другой – в сторону правого плеча
- 2. Основания ладоней обеих рук, которые накладываются одна на другую, должны располагаться на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону подбородка пострадавшего, а другой – в сторону живота**
3. Давление руками на грудину выполняют основанием ладони только одной руки, расположенной на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка. Направление большого пальца не имеет значения.

17. Действия по помощи пострадавшему при попадании инородного тела в дыхательные пути:

Выберите один ответ:

1. Положить пострадавшего на бок и вызвать интенсивную рвоту.

2. Нагнуть туловище пострадавшего вперед, нанести несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток, при отсутствии эффекта — обхватить пострадавшего сзади, надавить 4-5 раз на верхнюю часть живота.

3. Нанести пострадавшему, стоящему прямо, несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток.

18. Первая медицинская помощь при вывихе конечности?

Выберите один ответ:

1. Зафиксировать конечность, не вправляя вывих, приложить пузырь (грелку) с горячей водой, организовать транспортировку в больницу или травмпункт

2. Осуществить иммобилизацию конечности, дать доступные обезболивающие средства, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт

3. Дать обезболивающее средство, вправить вывих и зафиксировать конечность

19. При переломах костей конечностей накладывается шина:

Выберите один ответ:

1. ниже области перелома

2. выше и ниже области перелома, так чтобы шина захватывала не менее двух ближайших суставов

3. выше области перелома

20. Когда следует начинать сердечно-легочную реанимацию пострадавшего?

Выберите один ответ:

1. При наличии болей в области сердца и затрудненного дыхания

2. При потере пострадавшим сознания, независимо от наличия пульса на сонной артерии, и признаков дыхания

3. При потере пострадавшим сознания и отсутствии пульса на сонной артерии, а также признаков дыхания

21. Как обеспечить восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей пострадавшего при подготовке к проведению сердечно-легочной реанимации?

Выберите один ответ:

1. Уложить пострадавшего на спину и, не запрокидывая ему голову, сжать щеки, чтобы раздвинуть губы и раскрыть рот. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс.

2. Уложить пострадавшего на бок, наклонить его голову к груди. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс.

3. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс. Уложить пострадавшего на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок и выдвинуть нижнюю челюсть.

22. На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут?

Выберите один ответ:

1. Не более получаса в теплое время года и не более одного часа в холодное время года
- 2. Не более одного часа в теплое время года и не более получаса в холодное время года**
3. Время наложения жгута не ограничено

23. Что делать, если ребенок подавился и не может дышать, говорить и кашлять?

Выберите один или несколько ответов:

- 1. если удары в спину и толчки в верхнюю часть живота не помогли, уложить ребенка на пол, проверить признаки дыхания, при их отсутствии – вызвать скорую медицинскую помощь и приступить к сердечно-легочной реанимации**
- 2. выполнить толчки в верхнюю часть живота (детям до года – в грудь) до 5 попыток, если традиционные удары по спине не помогли**
- 3. ударить по спине между лопатками (до 5 попыток), наклонив ребенка вперед**

24. При проведении ИВЛ (искусственной вентиляции легких) методом «рот в рот» необходимо:

Выберите один ответ:

1. Зажимать нос пострадавшего только в случае, если носовые ходы свободны
2. Нос пострадавшему не зажимать
- 3. Свободной рукой плотно зажимать нос пострадавшего**

25. Как остановить кровотечение при ранении вены и некрупных артерий?

Выберите один ответ:

1. Наложить жгут ниже места ранения
- 2. Наложить давящую повязку на место ранения**
3. Наложить жгут выше места ранения

Лист корректировки рабочей программы

Дата	№ скорректированного занятия	Тема занятия	Основание корректировки (№ и дата приказа)	контроль