МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ -

СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 25 ИМЕНИ В.Г. ФЕОФАНОВА

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол № 25 от 24.06.2026

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ-СОШ №25
_____ О.А. Добычина
Приказ № 576-о от 01.07.2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ»

для основного общего образования (8 классы)

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена необходимостью формирования у подрастающего поколения навыков безопасного поведения и оказания первой помощи в условиях современной действительности. Статистика дорожно-транспортных происшествий, бытового травматизма и чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера показывает, что своевременное и грамотное оказание первой помощи до прибытия медицинских работников позволяет снизить риск тяжелых осложнений и сохранить жизнь пострадавшим.

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» и ФГОС ООО, программа направлена на формирование у обучающихся 8 классов компетенций в области безопасности жизнедеятельности, что является частью системы воспитания культуры безопасности личности. Программа разработана на основе примерной рабочей программы по ОБЖ с учетом возрастных психофизиологических особенностей подростков 13–14 лет (формирование абстрактного мышления, готовность к практической деятельности, осознание социальной ответственности).

1.2. Цель программы

Формирование у обучающихся базовых теоретических знаний и практических умений по оказанию первой помощи при неотложных состояниях, а также воспитание ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих.

1.3. Задачи программы

- **Обучающие:** систематизировать знания о видах травм и неотложных состояний; освоить алгоритмы действий при оказании первой помощи; обучить приемам сердечно-легочной реанимации, остановки кровотечения, иммобилизации и транспортировки.
- **Развивающие:** развивать навыки критического мышления и быстрого принятия решений в экстремальных ситуациях; формировать психологическую устойчивость к стрессу.
- **Воспитательные:** воспитывать гуманное отношение к пострадавшим, чувство взаимопомощи и товарищества; формировать активную гражданскую позицию и нетерпимость к безразличию.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты:

- Освоение социальных норм и правил поведения в ситуациях, связанных с риском для жизни;
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- Умение определять цели и задачи деятельности, выбирать средства реализации;
- Умение анализировать ситуации и принимать решения в условиях ограниченного времени;
- Владение навыками работы в коллективе (работа в парах, малых группах).

Предметные результаты:
Обучающиеся должны знать:

- Основные принципы и правовые аспекты оказания первой помощи;
- Признаки жизни и смерти, алгоритм вызова скорой помощи;
- Порядок действий при кровотечениях, переломах, ожогах, обморожениях, утоплении, отравлении;
- Правила проведения сердечно-легочной реанимации (СЛР).

Обучающиеся должны уметь:

- Накладывать давящие повязки и жгуты;
- Проводить иммобилизацию конечностей подручными средствами;
- Выполнять элементарные реанимационные действия на тренажере;
- Оценивать обстановку и извлекать пострадавшего из опасной зоны без риска для себя.

3. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Курс «Первая помощь» рассчитан на 34 часа (1 час в неделю) и предназначен для обучающихся 8 классов. Программа имеет практико-ориентированную направленность: теоретический материал (не более 30% времени) закрепляется на практических занятиях и тренингах.

Формы проведения занятий:

- Лекции-беседы с использованием мультимедийных презентаций и видеоматериалов;

- Практические работы (наложение повязок, работа с тренажером-манекеном);
- Ситуационные и ролевые игры (моделирование экстремальных ситуаций);
- Итоговое тестирование и зачетное практическое занятие.

Методы обучения: словесные (объяснение, диалог), наглядные (демонстрация, видеометод), практические (упражнения, отработка навыков в парах и группах).

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Основы первой помощи (4 ч)
Первая помощь: определение, цель и задачи. Правовые аспекты оказания первой помощи (ст. 31 ФЗ № 323-ФЗ). Действия при обнаружении пострадавшего: оценка обстановки, обеспечение безопасности. Признаки жизни и смерти. Порядок вызова скорой медицинской помощи (номера 103, 112), правила передачи информации диспетчеру.

Раздел 2. Первая помощь при кровотечениях и ранах (6 ч)
Виды кровотечений (артериальное, венозное, капиллярное). Способы временной остановки кровотечения: пальцевое прижатие, наложение давящей повязки, максимальное сгибание конечности, наложение жгута (правила и время наложения). Обработка ран, антисептика, правила наложения стерильной повязки. Профилактика инфицирования.

Раздел 3. Первая помощь при травмах (8 ч)
Понятие «травма». Переломы (открытые и закрытые), вывихи, растяжения. Иммобилизация подручными средствами (шины). Черепно-мозговая травма (ЧМТ), сотрясение головного мозга. Травмы позвоночника: правила транспортировки. Травмы глаз, носа, уха. Ушибы мягких тканей: первая помощь (холод, покой).

Раздел 4. Реанимация и неотложные состояния (8 ч)
Сердечно-легочная реанимация (СЛР): показания, техника проведения непрямого массажа сердца и искусственного дыхания (на тренажере). Обморок, коллапс, кома: первая помощь. Инсульт и инфаркт: распознавание признаков. Приступ эпилепсии. Инородное тело в дыхательных путях (прием Геймлиха).

Раздел 5. Первая помощь в особых случаях (6 ч)
Ожоги (термические, химические, электрические): классификация, охлаждение, наложение асептической повязки. Обморожение и переохлаждение: согревание, запрет на растирание. Отравления (пищевые,

угарным газом). Утопление: извлечение из воды, алгоритм действий. Укусы насекомых и змей, бешенство (первая помощь и профилактика).

Раздел 6. Итоговое повторение (2 ч) Обобщение изученного материала. Решение ситуационных задач. Итоговое тестирование и практический зачет.

5. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	К ча
Раздел 1. Основы первой помощи		**4**
1	Вводное занятие. Понятие первой помощи. Правовые аспекты.	1
2	Оценка обстановки и обеспечение безопасности. Признаки жизни и смерти.	1
3	Вызов скорой помощи. Правила диалога с диспетчером.	1
4	Практикум: отработка алгоритма вызова экстренных служб.	1
Раздел 2. Кровотечения и раны		**6**
5	Виды кровотечений. Способы временной остановки.	1
6	Правила наложения жгута и давящей повязки.	1
7	Практикум: наложение жгута (венозное/артериальное).	1
8	Раны. Асептика и антисептика. Обработка	1

№ п/п	Тема занятия	К ча
	ран.	
9	Практикум: обработка раны и наложение стерильной повязки.	1
10	Контрольное занятие по разделу «Кровотечения».	1
Раздел 3. Травмы		**8**
11	Переломы, вывихи, растяжения. Признаки и первая помощь.	1
12	Иммобилизация. Правила наложения шин.	1
13	Практикум: иммобилизация верхних и нижних конечностей.	1
14	Травмы головы и позвоночника. Транспортировка.	1
15	Травмы глаз, носа, уха. Ушибы.	1
16	Практикум: первая помощь при ЧМТ и травме позвоночника.	1
17	Решение ситуационных задач по теме «Травмы».	1
18	Контрольное занятие по разделу «Травмы».	1
Раздел 4. Реанимация и неотложные состояния		**8**
19	Терминальные состояния. Показания к СЛР.	1
20	Техника непрямого массажа сердца и ИВЛ.	1

№ п/п	Тема занятия	К ча
21	Практикум: СЛР на тренажере-манекене.	1
22	Обморок, коллапс, кома. Первая помощь.	1
23	Инсульт и инфаркт: распознавание и действия.	1
24	Эпилептический приступ. Инородное тело в дыхательных путях.	1
25	Практикум: прием Геймлиха. Помощь при приступе эпилепсии.	1
26	Контрольное занятие по разделу «Реанимация».	1
Раздел 5. Особые случаи		**6**
27	Ожоги. Классификация и первая помощь.	1
28	Обморожение и переохлаждение.	1
29	Отравления (пищевые, угарным газом).	1
30	Утопление. Помощь при укусах насекомых и змей.	1
31	Практикум: помощь при ожогах и отморожениях.	1
32	Решение ситуационных задач по разделу «Особые случаи».	1
Раздел 6. Итоговое повторение		**2**
33	Итоговое тестирование по курсу.	1

№ п/п	Тема занятия	К ча
34	Итоговый практический зачет (демонстрация навыков).	1
ИТОГО		**34**

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Оборудование и инвентарь:

- Тренажер-манекен для СЛР (взрослый);
- Аптечка первой помощи (штатная);
- Бинты (стерильные и нестерильные), жгуты, шины (лестничные/проволочные), вата, салфетки;
- Антисептические средства (имитация);
- Средства индивидуальной защиты (перчатки, маски);
- Мультимедийный проектор, экран, ноутбук.

Литература для учителя:

1. Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
2. Ключевые положения по оказанию первой помощи (методические рекомендации Министерства здравоохранения РФ).
3. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. «Основы медицинских знаний: учебное пособие по оказанию первой помощи».

Литература для обучающихся:

1. Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» для 8 класса (под ред. С.Н. Вангородского или А.Т. Смирнова).
2. Памятки и инструкции по оказанию первой помощи (раздаточный материал).

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 145792345010397423411790935696345598984963060873

Владелец Добычина Ольга Александровна

Действителен С 08.04.2026 по 08.04.2027