



Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №3 г.Балабаново»

«Рассмотрено»  
Руководитель МО

 /А.И.Пронченкова/  
Протокол №1 от  
30.08.2021

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

 /И.А. Бараковская/

«Утверждаю»

Директор МОУ «СОШ №3

г.Балабаново»

 Н.О. Криволицкая/

Приказ №190 от 31.08.2021



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

*Естественнонаучной направленности*

**Школьного отряда волонтеров-медиков**

**«Жизнь в наших руках»**

**Класс: 8**

**Разработчик: Пронченкова Анна Ивановна**

г.Балабаново  
2021 г.

## **Содержание**

Пояснительная записка .....	3
Планируемые результаты освоения программы.....	4
Содержание программы .....	7
Учебно-тематическое планирование .....	8
Список литературы.....	9

## Пояснительная записка

Данная программа составлена в соответствии с требованиями:

1. Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;
2. Федерального закона РФ «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)»;
3. Уставом МОУ «СОШ №3 г.Балабаново».

Содержание и структура курса обеспечивают выполнение требований к уровню подготовки школьников, а также развитие творческих умений, научного мировоззрения, гуманности, привитие самостоятельности, трудолюбия и заботливого отношения к людям. Последовательность тем обусловлена логикой развития основных медицинских понятий.

Содержание курса направлено на обеспечение эмоционально-целостного понимания высокой значимости жизни, ценности знаний о правилах оказания первой медицинской помощи, а также на формирование способности использовать приобретенные знания в практической деятельности.

Программа способствует углублению знаний обучающихся по основам медицинских знаний и оказанию первой доврачебной медицинской помощи, а также формированию у подростков навыков социальной и личностной компетентности, позволяющей им противостоять давлению негативного социального окружения. Включенность в волонтерское движение позволяет подросткам определиться с будущей профессией, повысить кругозор и общую осведомленность о последствиях нездорового образа жизни, не соблюдения профилактических мер при массовых заболеваниях. Формированию данной компетентности способствует сплоченный коллектив волонтеров, который на личном примере показывает преимущества здорового образа жизни, оказывает позитивное влияние на сверстников при выборе ими жизненных ценностей.

**Цель программы:** формирование ценностей культуры здоровья школьников через развитие волонтерского движения.

### **Задачи:**

1. Способствование овладению и углублению полученных знаний о ЗОЖ и его составляющих, пагубном воздействии вредных привычек на организм человека;
2. Расширение знаний об опасных заболеваниях современного мира и способах их профилактики;
3. Формирование необходимые навыки оказания первой доврачебной помощи;
4. Формирование навыков и умений по распознаванию некоторых травм и болезней;
5. Развитие волонтерского движения как новой формы занятости детей, способствующей профилактики вредных привычек, массовых заболеваний, формированию ЗОЖ;
6. Создание условий, позволяющих членам волонтерского отряда раскрыть свои способности и оказывать позитивное влияние на сверстников;
7. Формирование в себе позиции гражданина готового оказать помощь нуждающимся.

Программа дополнительного образования рассчитана на 35 часов в год (1 час в неделю) для учащихся 8 классов.

## Планируемые результаты освоения программы

1. Повышение мотивации к сохранению здоровья, соблюдению здорового образа жизни, профилактике опасных заболеваний среди школьников через активную работу волонтерского движения;
2. приобретение учащимися знаний об оказании первой медицинской помощи при травмах, несчастных случаях и внезапных заболеваниях, личной и общественной гигиене;
3. Вовлечение в работу волонтерского отряда учащихся МОУ «СОШ №3 г.Балабаново», что будет способствовать организации досуга учащихся;
4. Участие в мероприятиях разного уровня, посвященных здоровому образу жизни, профилактике вредных привычек и опасных заболеваний;
5. Организация сотрудничества обучающихся со студентами медицинских колледжей и университетов;
6. Развитие наставнической работы через мероприятия, направленные на формирование культуры здоровья участниками волонтерского движения в начальной школе и 5-7 классах основной школы.

### Результаты освоения курса:

#### *Личностные результаты:*

- развитие любознательности;
- развитие интеллектуальных и творческих способностей обучающихся;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

#### *Метапредметные результаты:*

#### **Познавательные УУД:**

- овладение способами самоорганизации внеклассной деятельности, что включает в себя умения: ставить цели и планировать деятельность; оценивать собственный вклад в деятельность группы; проводить самооценку уровня личных достижений;
- умение применять полученные знания в области здорового образа жизни и оказания первой медицинской помощи;
- нахождение различных аргументов профилактики и отказа от вредных привычек с точки зрения химии, физиологии и медицины;
- установление принципов и способов здорового образа жизни и рационального питания.

#### **Регулятивные УУД:**

- формирование приемов работы с информацией, что включает в себя умения: поиска и отбора источников информации; систематизации информации; понимания информации, представленной в различной знаковой форме;

- самостоятельное планирование действий при несчастных случаях и оказании первой доврачебной помощи пострадавшим;

- проявление познавательной и творческой инициативы в применении полученных знаний и умений для информирования школьников.

#### **Коммуникативные УУД:**

- умение вступать в коммуникацию со сверстниками и учителями,

- развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, корректное ведение диалога и участие в дискуссии; участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью; понимание и продвижение предлагаемых идей;

- формулировка собственного мнения по отношению к вредным привычкам и их влияния на организм человека;

- развитие коммуникативных навыков и умений в области здорового образа жизни, медицины, профилактики вредных привычек и хронических заболеваний.

#### *Предметные результаты:*

- применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни; для осознанного соблюдения норм и правил безопасного поведения в природной и социальной среде; при оказании простейших видов первой медицинской помощи;

- расширение представлений о здоровом образе жизни, овладение простейшими приемами самоконтроля своего физического состояния.

#### **Обучающиеся научатся:**

- раскрывать содержание понятий здоровья, здоровый образ жизни, рациональное питание, первая медицинская помощь, виды ран, кровотечений и переломов;
- проводить аргументацию зависимости здоровья человека от состояния окружающей среды; необходимости соблюдения мер профилактики заболеваний, нарушения осанки, зрения, слуха, стрессов, инфекционных и простудных заболеваний;
- знать и аргументировать основные правила поведения в природе; основные принципы здорового образа жизни, рациональной организации труда и отдыха;
- знать влияние факторов риска на здоровье человека;
- формировать убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- формировать установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;
- характеризовать физиологические процессы, происходящие в организме;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни.

#### **Обучающиеся получают возможность научиться:**

- описывать и использовать приёмы оказания первой помощи;
- характеризовать изменения в органах и тканях при нарушениях обмена веществ, определенном заболевании;
- прогнозировать воздействие негативных факторов на организм;
- приводить примеры негативных факторов, влияющих на здоровье;

- современным методам диагностики и лечения самых распространенных заболеваний;
- аргументировать в отношении поступков других людей, наносящих вред своему здоровью;
- смогут обеспечивать уход за телом и жилищем;
- взаимодействовать в группе (распределение обязанностей);
- находить необходимую информацию на различных видах носителей;
- смогут презентовать результаты собственной деятельности в различных формах (лекция, квест-игра, викторина, социальный опрос, беседа и т.д.);
- реализовывать свои идеи в области здорового образа жизни и профилактики заболеваний среди школьников и учителей.

## Содержание программы

### Раздел 1. Личная и общественная гигиена (15 ч)

Гигиена, основные понятия. Занятия физической культурой и спортом. Закаливание. Гигиена зубов. Вредные привычки и их влияние на организм. Режим дня. Гигиена одежды и обуви. Сбалансированное питание. Витамины. Иммуитет. Понятие об инфекционных болезнях. Воздушно-капельные инфекции. Аскаридоз и энтеробиоз. Кишечные инфекции. Уборка жилого помещения. Клещевой энцефалит. Бешенство. ВИЧ-инфекция.

### Раздел 2. Оказание первой доврачебной помощи (10 часов)

*Значение первой медицинской помощи.* Значение само- и взаимопомощи. *Содержание аптечки* (на медицинском посту, дома, в автомобиле). Понятие о травматизме и травматическом шоке.

*Виды ран: резаные, колотые, ушибленные, рваные, укушенные.* Опасность кровопотери. Способы временной и окончательной остановки кровотечения. Донорство – проявление гуманности и патриотизма. Показания и противопоказания к переливанию крови.

*Виды и типы повязок.* Значение повязок. Общие правила наложения повязок. Перевязочный материал. Правила использования подручных средств для наложения повязок. Остановка кровотечения, обезболивание. Иммобилизация, согревание, бережная транспортировка.

*Опорно-двигательная система.*

Общее понятие закрытой травмы, классификация травм. Ушибы мягких тканей. Растяжение и разрывы связок, сухожилий и мышц. Вывих.

*Первая помощь при переломах костей,* виды, признаки и возможные осложнения.

*Понятие об ожогах.* Меры борьбы и профилактика. Первая помощь при ожогах, наложение стерильной повязки.

*Отморожения.* Первая помощь и уход за пострадавшим.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры профилактики.

*Укусы насекомых, змей, клещей, животных.* Меры профилактики. Распознавание больных животных. Болезни, передающиеся через животных.

### В том числе

**Практические занятия:** «Косыночные повязки на различные части тела», «Плащевидные повязки», «Бинтовые повязки: Циркулярная, спиральная, черепашья, сходящая, расходящаяся», «Повязки на верхнюю конечность: кисть, локтевой сустав, плечо, плечевой сустав», «Техника временной остановки кровотечения наложением давящей повязки, жгутов, закрутки и подручных средств».

### Раздел 2. Первая помощь при острых заболеваниях и отравлениях (10 часов).

*Цели и задачи лекарственной терапии.* Пути введения лекарственных веществ в организм человека. Их достоинства и недостатки.

*Понятие об аллергии.*

*Неотложная помощь при обмороке, стенокардии, гипертоническом кризе, инфаркте миокарда.* Факторы, способствующие заболеваниям сердечнососудистой системы.

*Краткий анатомо-физиологический обзор органов пищеварения.*

*Классификация острых отравлений.* Общие признаки, оказания помощи.

*Съедобные и ядовитые грибы, способы распознавания. Первая помощь при отравлении.*

*Правила поведения на природе, способы выживания.*

**Практические занятия:** «Понятие о лечебном питании», «Оказание помощи при икоте», «Наблюдение за дыханием, измерение температуры тела», «Измерение пульса и артериального давления».

### Учебно-тематическое планирование

№	Наименование раздела	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего часов
<b>1. Личная и общественная гигиена</b>				
1.	Гигиена, основные понятия.	2	4	6
2.	Вредные привычки и их влияние на организм.	1	1	2
3.	Правильное питание. Витамины. Иммуитет.	2	3	5
4.	Инфекционные заболевания.	3	1	4
<b>ВСЕГО</b>		<b>8</b>	<b>9</b>	<b>17</b>
<b>2. Оказание первой доврачебной помощи</b>				
1.	Значение первой медицинской помощи. Содержание аптечки. Травматизм и травматический шок.	1	1	2
2.	Виды ран и оказание первой помощи при кровотечениях.	1	1	2
3.	Первая помощь при переломах.	1	1	2
4.	Ожоги и обморожение.	1	1	2
<b>ВСЕГО</b>		<b>4</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
<b>3. Первая помощь при острых заболеваниях и отравлениях</b>				
1.	Лекарственные вещества и их влияние на организм человека.	2	2	4
2.	Оказание первой помощи при острых заболеваниях.	2	2	5
3.	Понятие об аллергии.	1	1	1
		6	4	10
<b>ИТОГО</b>		<b>15</b>	<b>20</b>	<b>35</b>



## Список литературы

1. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи при неотложных состояниях): учебное пособие. Гайворонский И.В., Гайворонский А.И., Ничипрук Г.И., Виноградов С.В. Изд.: СпецЛит, 2009г.- 303с.
2. Курс лекций по основам медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие. М.. Берлин: Директ-Медиа. 2015. - 97 стр.
3. Кувшинов Ю. А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие Кемерово
4. Основы первой медицинской помощи. А.Г.Трушкин, Н.Н. Гарлинов, В.М. Двуреченская, Д.А Токарев. Издательский центр «Март» Москва-Ростов- на Дону, 2005.
5. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие. Айзман Р.И., Рубанович В.Б., Суботялов М.А. Изд: Сибирское университетское издательство, 2010г.-214с.
6. Артюнина Г.П. Основы медицинских знаний : здоровье, болезнь и образ жизни : учеб. пособие для пед. вузов.

## Календарно-тематическое планирование

№	Тема урока	Форма работы	Дата	
			По плану	По факту
1. Личная и общественная гигиена (15 часов)				
1.	Гигиена, основные понятия.	Беседа, презентационный материал	03.09.2021	
2.	Выпуск газеты «Здоровье – это...».	Практическое занятие	10.09.2021	
3.	Факторы, укрепляющие и ослабляющие здоровье.	Беседа, презентационный материал	17.09.2021	
4.	Всероссийская акция «Оберегая сердца»	Практическое занятие	24.09.2021	
5.	Квест-игра «Правила личной гигиены» для 3-4 классов	Практическое занятие	01.10.2021	
6.	Игра-путешествие «На страже здоровья»	Практическое занятие	08.10.2021	
7.	Вредные привычки и их влияние на организм человека.	Беседа, презентационный материал	15.10.2021	
8.	Работа волонтерской группы, беседа на тему «Твоё отношение к вредным привычкам»	Практическое занятие	22.10.2021	
9.	Питание и здоровье. Питательные вещества.	Беседа, презентационный материал	29.10.2021	
10.	Правильное питание. «Что мы едим, или о чем расскажет этикетка?»	Практическое занятие	12.11.2021	
11.	Иммунитет. Витамины	Беседа, презентационный материал	19.11.2021	
12.	Круглый стол на тему: БАДы – «за» и «против»	Практическое занятие	26.11.2021	
13.	Всероссийская акция «Будь здоров!»	Практическое занятие	03.12.2021	
14.	Инфекционные болезни: история открытия, причины, реальная действительность	Беседа, презентационный материал	10.12.2021	
15.	СПИД, гепатит – источники заражения, профилактика	Беседа, презентационный материал	17.12.2021	
16.	Всероссийская Акция #СТОПВИЧ/СПИД	Практическое занятие	24.12.2021	
17.	«Взрослей с умом»	Беседа, презентационный	24.12.2021	

		материал		
<b>2. Оказание первой доврачебной помощи (10 часов)</b>				
18.	Значение первой медицинской помощи.	Беседа, презентационный материал	14.01.2022	
19.	Содержание аптечки.	Практическое занятие	21.01.2022	
20.	Виды ран: резанные, колотые, ушибленные, рваные, укушенные. Виды и типы повязок.	Беседа, презентационный материал	28.01.2022	
21.	Всероссийский урок по оказанию первой медицинской помощи «Помоги первым»	Практическое занятие	04.02.2022	
22.	Опорно-двигательная система	Беседа, презентационный материал	11.02.2022	
23.	Первая помощь при переломах костей	Беседа, презентационный материал + практика	18.02.2022	
24.	Ожоги и обморожение	Беседа, презентационный материал	25.02.2022	
25.	Решение ситуационных задач по оказанию первой помощи при ожогах и обморожениях	Практическое занятие	04.03.2022	
<b>3. Первая помощь при острых заболеваниях и отравлениях</b>				
26.	Лекарственные вещества и их влияние на организм человека	Беседа, презентационный материал	11.03.2022	
27.	Решение ситуационных задач по оказанию первой помощи при острых заболеваниях	Практическое занятие	18.03.2022	
28.	Всероссийская профориентационная акция «Твой выбор»	Практическое занятие	01.04.2022	
29.	Акция, посвящённая Всемирному Дню борьбы с туберкулезом «Свободный вдох»	Практическое занятие	08.04.2022	
30.	Понятие об аллергии	Беседа, презентационный материал	15.04.2022	
31.	Выпуск газеты об опасных заболеваниях, вызывающих эпидемии	Практическое занятие	22.04.2022	
32.	Понятие о лечебном питании	Беседа, презентационный материал	29.04.2022	
33.	Первая помощь и уход при	Беседа,	06.05.2021	

	острых отравлениях	презентационный материал		
34.	Своя игра «Первая доврачебная помощь»	Практическое занятие	13.05.2022	
35.	Подведение итогов деятельности школьного отряда «Жизнь в наших руках»	Беседа + практическое занятие	20.05.2022	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575831

Владелец Локтюхин Виктор Иванович

Действителен с 24.02.2021 по 24.02.2022