

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
протокол №1 от 31.08.2026

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 310 от 31.08.2026
Директор
_____/В.В. Худова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00b8db7e78067a126122daf90c748f6e36
Владелец: Худова Виктория Валентиновна
Действителен: с 29.05.2026 по 22.08.2027

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Основы первой доврачебной помощи»

Срок освоения: 1 год

Возраст обучающихся: 12-17 лет

Разработчик:
Харченко Иван Дмитриевич,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Одной из основных задач, определенных Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации», является сохранение жизни и здоровья детей, обеспечение их безопасности.

Сегодня прекрасно осознают, что первая помощь – срочные и простейшие мероприятия по сохранению жизни и здоровья человека до прибытия СМП или его госпитализации. В нашей стране существует высокая вероятность необходимости оказания первой помощи, как на рабочем месте, так и на улице, дома, в местах массового пребывания людей. Обучение школьников простейшим приемам оказания первой помощи является первой ступенью к безопасности всего общества, необходимо объяснить и наглядно показать детям что оказывать первую помощь не страшно, не сложно и эффективно практически в каждой чрезвычайной ситуации.

Дополнительная общеразвивающая программа «Основы первой доврачебной помощи» (далее – программа) призвана сформировать у обучающихся сознательное и ответственное отношение к вопросам личной и общественной безопасности, выработать практические навыки, умение действовать в чрезвычайных ситуациях, содействовать, гражданско-патриотическому формированию взглядов в отношении экологии, положительного отношения к здоровому образу жизни, совершенствованию физического развития ребенка, способствует формированию черт, присущих личности безопасного типа.

Программа относится к **естественно-научной направленности**.

Актуальность программы обусловлена тем, что в настоящее время возрастает роль обучения населения оказанию первой помощи, а также быстрым и правильным действиям по спасению пострадавшего, оказавшегося в зоне чрезвычайной ситуации. При этом выраженной проблемой является отсутствие у населения знаний по ситуациям, требующим незамедлительной реакции. Дети, прошедшие курс, смогут, если будет необходимо, правильно оказать помощь себе, близким или просто пострадавшим людям. Возможно, у них возникнет желание в дальнейшем глубже изучить область естественных наук или даже выбрать для себя профессию спасателя, врача.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами и современными требованиями:

- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»; Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

- Указ Президента РФ от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» (Национальный проект «Молодежь и дети»);

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года;

- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022 №678-р;

- Концепция информационной безопасности детей в Российской Федерации, утверждённая Распоряжением Правительства РФ от 28.04.2023 г. № 1105-р;

- приказ Министерства Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- приказ Министерства Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

– приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «педагог дополнительного образования»;

– постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 25.08.2022 №1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;

– Устав ГБУ ДО ЦТиО Фрунзенского района Санкт-Петербурга.

Особенность данной программы от уже существующих состоит в непосредственном участии детей в оказании само- и взаимопомощи в ситуациях сложившейся чрезвычайной ситуации. Важно не просто обладать определенными теоретическими знаниями, но и суметь правильно применить их в практической деятельности. Именно этот принцип и взят за основу данной программы.

Программа состоит из трех разделов: безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях, основы анатомии и физиологии человека и правила оказания первой помощи, физическая подготовка.

Новизной программы является системный подход к содержанию физической подготовки подростков в условиях дополнительного образования.

Адресат программы

Программа может быть интересна учащимся в возрасте от 12 до 17 лет, заинтересованным в получении навыков спасения пострадавшего, оказавшегося в зоне чрезвычайной ситуации и оказания ему первой помощи.

Уровень освоения: общекультурный, предполагает развитие компетенций обучающихся, позволяющих достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с их психическими и физическими возможностями).

Объем и срок освоения – программа рассчитана на 1 год: 1 раз в неделю по 3 часа, 108 учебных часов в год.

Цель: формирование осознанных навыков быстрых и правильных действий по оказанию первой помощи в условиях чрезвычайной ситуации.

Задачи:

обучающие:

- научить самостоятельно оценивать угрозу жизни и здоровью;
- дать основы теоретических знаний в области анатомии и физиологии, расширить и углубить знания учащихся, дополняющие школьную программу по биологии, анатомии, ОБЗР;
- научить принципам и правилам оказания первой помощи;
- научить основным практическим приемам оказания первой помощи.

развивающие:

- способствовать физическому развитию и ведению здорового образа жизни обучающихся;
- развивать у школьников уверенность в своих силах, и готовность к оказанию первой помощи;
- развивать креативное, творческое мышление, способность использовать подручные материалы для оказания первой помощи;
- развивать умение видеть и предвидеть возможные угрожающие факторы, а также способы их избежать.

воспитательные:

- способствовать формированию активной гражданской позиции и готовности действовать на благо общества;
- воспитывать чувство ответственности за свои действия, готовность принять решение и отвечать за него;
- способствовать формированию внимательного и бережного отношения к сохранению жизни и здоровья граждан, как ценности и национального достояния нашей страны;
- воспитывать позитивные коммуникативные способности личности в коллективе.

Планируемые результаты

К концу обучения по программе каждый учащийся должен обладать умениями по оказанию первой помощи пострадавшему, навыками реанимационных мероприятий, техникой наложения повязок, самостоятельно уметь выполнять иммобилизацию. В результате обучения обучающийся будет обладать следующими компетенциями:

предметные:

Личностные:

- сформируется чувство ответственности за свои действия, готовность принять решение и отвечать за него;
- сформируется активная гражданская позиция и готовность действовать в ситуации, угрожающей жизни и здоровью окружающих;
- сформируется внимательное и бережное отношение не только к собственной жизни и здоровью, но и к жизни и здоровью всего общества и страны;
- сформируются позитивные коммуникативные способности личности в коллективе.
- научатся самостоятельно оценивать угрозу жизни и здоровью;
- усвоят основы теоретических знаний в области анатомии и физиологии, расширят и углубят знания учащихся, дополняющие школьную программу по биологии, анатомии, ОБЗР;
- усвоят принципы и правила оказания первой помощи;
- научатся основным практическим приемам оказания первой помощи.

Метапредметные:

- разовьют уверенность в своих силах, готовность к оказанию первой помощи;
- разовьют креативное, творческое мышление, способность использовать подручные материалы для оказания первой помощи;
- разовьют умение видеть и предвидеть возможные угрожающие жизни и здоровью факторы, а также способы их избежать.

Предметные:

учащиеся познакомятся:

- со спецификой работы спасателя;
- с требованиями, предъявляемыми к профессии спасателя, к его физической форме и состоянию здоровья;
- с основами анатомии и физиологии человека и важными процессами, протекающими в организме каждого человека;
- с алгоритмом и правилами оказания первой помощи при различных неотложных состояниях.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации – обучение осуществляется на русском языке.

Форма обучения – очная.

Условия приема на первый год обучения – с 12 до 17 лет принимаются все желающие на основе заявления родителей (законных представителей).

Возможность дополнительного приема на первый год обучения – дополнительный набор возможен если наполняемость группы менее 15 человек без дополнительных условий.

Условия формирования группы: наполняемость группы – не менее 15 человек.

Формы проведения занятий: учебное занятие, беседа, тестирование, игры, дискуссии, мастер-классы, подготовка и участие в конкурсах физкультурно-спортивной направленности со спецификой «спасатель», «Первая помощь пострадавшему в условиях ЧС». Проигрывание ситуаций – использование навыков погружения в ситуацию для получения необходимого опыта в её условия; самостоятельная работа – самостоятельная работа по теме занятия;

Практика осуществляется в реальных условиях организации событий, с полным включением в процесс - отработка технических приемов и алгоритмов действий. В занятия входит профессиональная диагностика с использованием апробированных методик, деловых и ролевых игр, проблемно - поисковых задач.

Формы организации деятельности учащихся на занятии: групповая, парная и индивидуальная с учетом индивидуальных особенностей учащихся.

На занятиях применяются следующие виды деятельности: обсуждение поставленной проблемы, диагностика, информационные сообщения, работа с Интернет-ресурсами, упражнения на развитие и совершенствование физической подготовки, упражнения на развитие коммуникативных навыков, навыков работы в коллективе, консультации.

Материально-техническое оснащение

Для успешной реализации программы необходимо просторное светлое помещение для проведения занятий, оснащенный необходимым оборудованием:

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Тренажер СЛР «Максим III» с пультом-контроллером	1
2.	Тренировочный жилет для отработки приема Геймлиха Детский	2
3.	ММ-Ф7 Носилки складные продольно-поперечно (YDC-1A9) Lzh-16001R	2
4.	Защитный экран для СЛР	2
5.	Носилки бескаркасные для скорой медицинской помощи «Плащ» модель 1, Медплант	2
6.	Рана-накладка, комплект	2
7.	Бинт 5х10 см	100
8.	Бинт 7х14 см	100
9.	Рулонный лейкопластырь	10
10.	Перчатки нитриловые	15 упаковок
11.	Жгут кровоостанавливающий резиновый тип Эсмарха	5
12.	Жгут турникет кровоостанавливающий вороток полиамид	2
13.	Салфетки марлевые стерильные двухслойные	20
14.	Одеяло спасательное изотермическое «Ингра»	4
15.	Пакет гипотермический Снежок	10
16.	Демонстрационный материал «Травмы»	1

Обучение, развитие и воспитание неразрывно связаны между собой и осуществляются на протяжении всего этапа обучения. Воспитательный процесс в рамках реализации программы органично вписан в воспитательное пространство ГБУ ДО ЦТиО Фрунзенского района Санкт-Петербурга согласно приложению.

**Учебный план
1-й год обучения**

№	Название раздела, темы	В том числе			Форма контроля/аттестации
		теория	практика	всего	
1.	Вводное занятие	1	0	1	Входная диагностика группы, индивидуальная диагностика
Раздел 1: Понятие о безопасности»		2	2	4	
2.	Юридические аспекты оказания первой помощи	1	0	1	Опрос, групповая дискуссия
3.	Первичный контакт с пострадавшим	1	2	3	Практическая игра «Человек без сознания»
Раздел 2: «Физическая подготовка спасателя»		6	23	29	
4.	Основные показатели здоровья и физического развития, необходимые в работе спасателя	2	1	3	Групповая дискуссия, тестирование
5.	Упражнения на повышение выносливости и физической активности	4	22	26	Сдача нормативов физических упражнений
Раздел 3: Основы анатомии и физиологии		14	0	14	
6.	Особенности строения и расположения внутренних органов человека и их функционирования	14	0	14	Опрос, игра-тест «Тело человека»
Раздел 4: Первая помощь при различных видах травм и поражений		16	37	53	
7.	Первая помощь при сотрясении мозга и потере сознания	2	4	6	Практическая игра «Человек без сознания»
8.	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихе	2	4	6	Практическая игра
9.	Первая помощь при кровотечении	3	7	10	Опрос, практическая игра «60 секунд»
10.	Первая помощь при переломах	2	8	10	Практическая игра
11.	Первая помощь при укусе змеи, клеща, насекомых	1	1	2	Тестирование, опрос
12.	Первая помощь при ожогах и обморожениях	1	1	2	Опрос, практическое занятие
13.	Первая помощь при отравлении	1	0	1	Опрос
14.	Базовая сердечно-легочная реанимация	4	12	16	Практическая игра «Спаси любой ценой», работа в парах
Раздел 5: Тактика ведения, пострадавшего после оказания ПМП		2	5	7	
15.	Транспортировка пострадавшего	2	4	6	Практическая игра «Эвакуация»
16.	Итоговое занятие – практикум (большая тренировочная игра)	0	1	1	Большая тренировочная игра «Спасатель рядом»
Итого часов:		41	67	108	

_____/В.В. Худова
ПОДПИСЬ ФИО

Сертификат: 00b8db7e78067a126122daf90c748f6e36
Владелец: Худова Виктория Валентиновна
Действителен: с 29.05.2026 по 22.08.2027

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год, СТО60.61.62	02.09.2026	26.05.2027	36	108	3 раза в неделю по 1 часу

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
протокол №1 от 31.08.2026

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 310 от 31.08.2026
Директор
_____/В.В. Худова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00b8db7e78067a126122daf90c748f6e36
Владелец: Худова Виктория Валентиновна
Действителен: с 29.05.2026 по 22.08.2027

**Рабочая программа дополнительной
общеразвивающей программы**

«Основы первой доврачебной помощи»

ГОД ОБУЧЕНИЯ – 1
№ ГРУППЫ – 60, 61, 62 СТО

Разработчик:
Харченко Иван Дмитриевич,
педагог дополнительного образования

Рабочая программа 1-й год обучения

Задачи

Обучающие:

- научить самостоятельно оценивать угрозу жизни и здоровью;
- дать основы теоретических знаний в области анатомии и физиологии, расширить и углубить знания учащихся, дополняющие школьную программу по биологии, анатомии, ОБЗР;
- научить принципам и правилам оказания первой помощи;
- научить основным практическим приемам оказания первой помощи.

Развивающие:

- способствовать физическому развитию и ведению здорового образа жизни обучающихся;
- развивать у школьников уверенность в своих силах, и готовность к оказанию первой помощи;
- развивать креативное, творческое мышление, способность использовать подручные материалы для оказания первой помощи;
- развивать умение видеть и предвидеть возможные угрожающие факторы, а также способы их избежать.

Воспитательные:

- способствовать формированию активной гражданской позиции и готовности действовать на благо общества;
- воспитывать чувство ответственности за свои действия, готовность принять решение и отвечать за него;
- способствовать формированию внимательного и бережного отношения к сохранению жизни и здоровья граждан, как ценности и национального достояния нашей страны;
- воспитывать позитивные коммуникативные способности личности в коллективе.

Содержание

1. Вводное занятие:

Теория:

Инструкции, правила внутреннего распорядка, схема плана помещений, правила ПДД и общей безопасности. Информация об образовательной программе. Планы работы на учебный год. **Практика:**

Входная диагностика группы, индивидуальная диагностика.

Раздел 1: «Понятие о безопасности»

2. Юридические аспекты оказания первой помощи

Теория: Первая помощь сегодня. Основные законы в Российской Федерации, регламентирующие оказание первой помощи. Что такое первая помощь. Кто имеет ли право оказывать первую помощь. Кто обязан оказывать первую помощь пострадавшим. Ответственность за неоказание первой помощи.

3. Первичный контакт с пострадавшим

Теория: Основной алгоритм первой помощи и важность его соблюдения. Основные правила проведения первичного осмотра пострадавшего и выявление жизнеугрожающих состояний. Правила последовательности проведения вторичного осмотра. Вызов СМП.

Практика: Практическая игра «Человек без сознания», решение ситуационных задач.

Раздел 2: «Физическая подготовка спасателя»

4. Основные показатели здоровья и физического развития, необходимые в работе спасателя

Теория: Физические показатели (сила, выносливость, ловкость, координация, общее состояние здоровья). Психологические и когнитивные показатели (нервно-психическая устойчивость, концентрация и распределение внимания, быстрое принятие решений, умение работать в команде). Профессиональные навыки и знания (владение спасательным оборудованием, знание техники безопасности и алгоритмов действий).

Практика: Групповая дискуссия, тестирование

5. Упражнения на повышение выносливости и физической активности

Теория: Кардиотренировки – бег и прыжки на месте, прыжки в бок, шаги в полуприседе, прыжки из приседа, скакалка, плавание, велоспорт, ходьба. Силовые упражнения: отжимания и выпады, приседания с вытянутыми руками, планка, выпады.

Практика: Сдача нормативов физических упражнений.

Раздел 3: Основы анатомии и физиологии

6. Особенности строения и расположения внутренних органов человека и их функционирования

Теория: Понятие об анатомии и физиологии человека. Учение о тканях. Понятие об органе и системах органов человека. Опорно-двигательный аппарат. Внутренняя среда организма. Система крови. Имунная система человека. Система управления в организме. Физиологические основы процессов регуляции.

Практика: Опрос, игра-тест «Тело человека»

Раздел 4: Первая помощь при различных видах травм и поражений

7. Первая помощь при сотрясении мозга и потере сознания

Теория: Определение бессознательного состояния. Сотрясение мозга. Признаки сотрясения мозга. Алгоритм оказания первой помощи при потере сознания. Принципы оказания первой помощи при потере сознания. Алгоритм оказания первой помощи при сотрясении мозга.

Практика: Отработка навыков оказания первой помощи при сотрясении мозга. Отработка навыков оказания первой помощи при потере сознания. Практическая игра «Человек без сознания»

8. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихе

Теория: Закрытые повреждения: понятие, виды закрытых травм: ушибы мягких тканей, вывих, растяжение и разрыв связок, перелом. Первая помощь при закрытых травмах и повреждениях.

Практика: Отработка оказания первой помощи при различных видах травм. Решение ситуационных задач. Практическая игра.

9. Первая помощь при кровотечениях

Теория: Виды ранений. Кровотечения при травматических повреждениях. Признаки кровопотери. Алгоритм оценки вида кровотечения и оказания первой помощи. Способы остановки кровотечений. Правила наложения давящей повязки. Жгут – его разновидности и правила применения.

Практика: Остановка кровотечений – наложение давящей повязки. Наложение основных типов и видов повязок. Решение ситуационных задач. Опрос, практическая игра «60 секунд».

10. Первая помощь при переломах

Теория: Понятие и виды переломов, причины переломов. Алгоритм и принципы оказания первой помощи при переломах. Применение подручных средств для иммобилизации пострадавшего.

Практика: Отработка навыков оказания первой помощи при переломе. Решение ситуационных задач.

11. Первая помощь при укусе змеи, клеща, насекомых

Теория: Ядовитые и не ядовитые змеи, особенности их укуса. Алгоритм и принципы оказания первой помощи при укусе змеи, клеща, насекомых.

Практика: Оказание помощи при укусе змеи, клеща, осы, практическая отработка друг на друге. Решение ситуационных задач. Опрос.

12. Первая помощь при ожогах и обморожениях

Теория: Понятие ожог. Степени ожогов. Площадь поражения. Понятие обморожение. Степени обморожения. Алгоритм оказания первой помощи при ожоге. Алгоритм оказания первой помощи при обморожении.

Практика: Отработка навыков оказания первой помощи при ожоге, при обморожении. Решение ситуационных задач. Тестирование.

13. Первая помощь при отравлении

Теория: Причины и виды отравлений, клиническая картина. Алгоритм и способы оказания первой помощи пострадавшему при различных видах отравлений.

Практика: Отработка навыков оказания первой помощи при отравлении. Опрос. Решение ситуационных задач.

14. Базовая сердечно-легочная реанимация

Теория: Основные особенности проведения реанимационных мероприятий на месте ЧС. Обеспечение безопасности на месте ЧС. Проверка сознания, дыхания у пострадавшего, правило «вижу-слышу-ощущаю». Алгоритм проведения СЛР. Основные ошибки при проведении СЛР. Приведение пострадавшего в восстановительное положение.

Практика: Отработка навыков работы с пострадавшим при отсутствии сознания, дыхания, приведения пострадавшего в восстановительное положение. Решение ситуационных задач. Практическая игра «Спасти любой ценой», работа в парах.

Раздел 5: Тактика ведения, пострадавшего после оказания ПМП

15. Транспортировка пострадавшего

Теория: Эвакуация пострадавшего с места происшествия до оказания первой помощи. Правила транспортировки пострадавшего после оказания первой помощи. Особенности транспортировки пострадавшего с различными видами травм и повреждений. Прием «Ирландский мост», захват Раутека, перенос на руках одним или несколькими людьми, оказывающими помощь. Сооружение носилок из подручных средств и способы переноса на них пострадавшего.

Практика: отработка способов транспортировки пострадавшего при разных видах травм. Игровой практикум. Практическая игра «Эвакуация».

16. Итоговое занятие – практикум (большая тренировочная игра)

Практика: Большая тренировочная игра «Спасатель рядом».

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Основы первой доврачебной помощи» на 2026/2027 учебный год
групп СТО60, СТО61, СТО62 (понедельник, среда, пятница)

Месяц	Число	Тема	Количество часов	Итого часов в месяц	
сентябрь	2	Вводное занятие, инструктаж по охране труда	1	13	
	Раздел 1: Понятие о безопасности»				
	4	Юридические аспекты оказания первой помощи. Первая помощь сегодня. Основные законы в Российской Федерации, регламентирующие оказание первой помощи. Что такое первая помощь. Кто имеет ли право оказывать первую помощь. Кто обязан оказывать первую помощь пострадавшим. Ответственность за неоказание первой помощи	1		
	7	Первичный контакт с пострадавшим	1		
	9	Основной алгоритм первой помощи и важность его соблюдения. Основные правила проведения первичного осмотра пострадавшего и выявление жизнеугрожающих состояний.	1		
	11	Правила последовательность проведения вторичного осмотра. Вызов СМП.	1		
	14	Практическая игра «Человек без сознания», решение ситуационных задач.	1		
	Раздел 2: «Физическая подготовка спасателя»				
	16	Основные показатели здоровья и физического развития, необходимые в работе спасателя. Физические показатели (сила, выносливость, ловкость, координация, общее состояние здоровья).	1		
	18	Психологические и когнитивные показатели (нервно-психическая устойчивость, концентрация и распределение внимания, быстрое принятие решений, умение работать в команде).	1		
	21	Профессиональные навыки и знания (владение спасательным оборудованием, знание техники безопасности и алгоритмов действий).	1		
	23 25 28 30	Упражнения на повышение выносливости и физической активности	4		
октябрь	02	Упражнения на повышение выносливости и физической активности	1	13	
	05 07 09 12	Кардио тренировки – бег и прыжки на месте, прыжки в бок, шаги в полуприседе, прыжки из приседа, скакалка, плавание, велоспорт, ходьба.	4		
	14 16 19	Сдача нормативов физических упражнений	3		

	21 23 26	Силовые упражнения: отжимания и выпады, приседания с вытянутыми руками, планка, выпады	3	
	28 30	Сдача нормативов физических упражнений.	2	
ноябрь	02 06 09 11 13 16 18 20 23	Сдача нормативов физических упражнений.	9	12
	Раздел 3: Основы анатомии и физиологии			
	25 27 30	Особенности строения и расположения внутренних органов человека и их функционирования	3	
	02 04 07 09 11	Понятие об органе и системах органов человека. Опорно-двигательный аппарат	5	13
	14 16 18 21	Внутренняя среда организма. Система крови. Иммунная система человека. Система управления в организме. Физиологические основы процессов регуляции.	4	
	23	Опрос, игра-тест «Тело человека»	1	
	Раздел 4: Первая помощь при различных видах травм и поражений			
	25 28 30	Первая помощь при сотрясении мозга и потере сознания	3	
	11 13 15	Первая помощь при сотрясении мозга и потере сознания	3	9
	18	Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихе. Закрытые повреждения: понятие, виды закрытых травм: ушибы мягких тканей, вывих.	1	
январь	20	Растяжение и разрыв связок.	1	
	22	Перелом	1	
	25	Отработка оказания первой помощи при различных видах травм.	1	
	27	Решение ситуационных задач. Практическая игра	1	
	29	Первая помощь при кровотечении	1	
	01 03	Первая помощь при кровотечении. Виды ранений. Кровотечения при травматических повреждениях. Признаки кровопотери.	2	11
	05 08	Алгоритм оценки вида кровотечения и оказания первой помощи. Способы остановки кровотечений. Правила наложения давящей повязки.	2	
	10	Жгут – его разновидности и правила применения.	2	
февраль				

	12			
	15 17 19	Остановка кровотечений – наложение давящей повязки. Наложение основных типов и видов повязок. Решение ситуационных задач. Опрос, практическая игра «60 секунд».	3	
	24 26	Первая помощь при переломах	2	
март	01 03	Первая помощь при переломах. Понятие и виды переломов, причины переломов. Алгоритм и принципы оказания первой помощи при переломах.	2	13
	05 10	Применение подручных средств для иммобилизации пострадавшего.	2	
	12 15 17	Отработка навыков оказания первой помощи при переломе. Решение ситуационных задач.	3	
	19 22	Первая помощь при укусе змеи, клеща, насекомых. Ядовитые и не ядовитые змеи, особенности их укуса. Алгоритм и принципы оказания первой помощи при укусе змеи, клеща, насекомых.	2	
	24 26	Первая помощь при ожогах и обморожениях. Понятие ожог. Степени ожогов. Площадь поражения. Понятие обморожения. Степени обморожения. Алгоритм оказания первой помощи при ожоге. Алгоритм оказания первой помощи при обморожении.	2	
	29 31	Первая помощь при отравлении	2	
апрель	02 05 07	Базовая сердечно-легочная реанимация. Основные особенности проведения реанимационных мероприятий на месте ЧС. Обеспечение безопасности на месте ЧС. Проверка сознания, дыхания у пострадавшего, правило «вижу-слышу-ощущаю».	3	13
	09 12 14	Алгоритм проведения СЛР. Основные ошибки при проведении СЛР. Приведение пострадавшего в восстановительное положение.	3	
	16 19 21 23 26 28 30	Отработка навыков работы с пострадавшим при отсутствии сознания, дыхания, приведения пострадавшего в восстановительное положение. Решение ситуационных задач.	7	
май	03 05 07	Практическая игра «Спасти любой ценой», работа в парах	3	11
	Раздел 5: Тактика ведения, пострадавшего после оказания ПМП			
	12 14 17 19 21 24	Транспортировка пострадавшего	7	

	26			
	28	Итоговое занятие – практикум (большая тренировочная игра)	1	
Итого часов			108	108

Методические материалы

Для реализации образовательной программы педагогу применяются методы обучения, которые могли бы заинтересовать ребенка, помочь наглядно и доступно объяснить учебный материал. На занятиях используются следующие методы:

- **словесные:** устное изложение, беседа, объяснение, рассказ, анализ, рефлексия;
- **наглядные:** показ видеоматериалов, иллюстраций, плакатов, использование дидактического материала и др.;
- **практические:** игры, тренинговые упражнения, настольные игры, ролевые игры, проектная деятельность.

Методическое обеспечение

В процессе реализации общеобразовательной программы используются следующие образовательные педагогические методики и технологии:

Коммуникативные технологии включают в себя объяснение нового материала, беседу, а также воспроизведение учебного материала учащимися, на применение логических умений, на практическое применение полученных знаний, на исследовательские.

Информационные технологии - презентации, видеофильмы по физиологии различных систем, иллюстрации реализуют принцип наглядности обучения. Эффективным представляется использование компьютерных презентаций, которые дают возможность наглядного и поэтапного объяснения нового материала, формирование у учащихся умение работать с иллюстрациями.

Технологии проблемного изложения материала используются при изучении большинства тем образовательной программы.

Главная задача педагога на занятии активизировать мышление учащихся. Проблемное обучение является одним из наиболее эффективных средств в решении этой задачи. Создание поисковой ситуации дает возможность учащимся самостоятельно получить новую информацию, анализируя фактический материал.

Игровые технологии отличаются наличием четко поставленной цели обучения и соответствующими ей педагогическими результатами. Игры, формулирующие умение выделять основные, характерные признаки, сравнивать, сопоставлять их. Группы игр на обобщение по определенным признакам. После изучения каждой темы проводится итоговое занятие в игровой форме, которое позволяет судить о том, насколько глубоко учащиеся смогли усвоить учебный материал.

Методические материалы для организации и проведения занятий по программе включают в себя:

- организационно-педагогические средства: конспекты занятий, инструкции по охране труда;
- методические разработки, дидактический и лекционный материал: информационные плакаты по анатомии человека; информационные плакаты по технике проведения СЛР; сборник видеофильмов по оказанию первой помощи при различных травмах и поражениях; сборник тестов и ситуационных задач.

Информационные источники

Специальная литература по предмету

1. Первая помощь - учебное пособие для лиц, оказывающих первую помощь в соответствии с Порядком оказания первой помощи - Л.И. Дежурный, Ю.С. Шойгу, Г.В. Неудачин, А.Ю. Закурдаева, А.А. Колодкин, Л.Ю. Кичанова, Т.В. Гошкова, А.Н. Кузовлев,

В.А. Рева, В.И. Колодкина, С.А. Гуменюк, А.И. Махновский, О.Л. Куров, А.Ю. Закурдаева – Москва, 2025 г.

2. Первая помощь - учебное пособие для преподавателей, обучающихся лиц, оказывающих первую помощь в соответствии с Порядком оказания первой помощи - Под редакцией Л.И. Дежурного, Г.В. Неудахина, А.А. Колодкина, А.Ю. Закурдаевой – Москва, 2025 г.

3. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации № 220Н от 03.05.2024 г. «Об утверждении Порядка оказания первой помощи»;

4. Алексеев, С. П. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях [Текст]: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по направлениям подготовки «Техносферная безопасность» и «Технологические машины и оборудование» / С. П. Алексеев; М-во образования и науки России, «Санкт-Петербургский ин-т машиностроения (ЛМЗ-ВТУЗ)». - Санкт-Петербург: Изд-во Политехнического ун-та, 2012. - 480 с.: ил.; 21 см. – ISBN: 978-5-7422-3384-8 (в пер.). - Текст: непосредственный;

5. Аникеева Л.Ш., SOS! Оказание первой помощи детям при несчастных случаях и внезапных заболеваниях [Текст] / Л. Ш. Аникеева. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2015. - 221 с.: ил., табл.; 21 см. - (Серия «Советы педиатра»). – ISBN: 978-5-222-25729-6: 2500 экз. - Текст: непосредственный;

6. Логачев А.С. Первая доврачебная помощь. [Текст] / А.С. Логачев. – Санкт-Петербург: Крылов, 2017 – 384 с. – ISBN: 978-5-4226-0292-6. - Текст: непосредственный.;

Интернет-источники

7.Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий. – Москва. – Обновляется в течение суток. – URL: <https://mchs.gov.ru/> (дата обращения 20.10.2023). – Текст: электронный.

8.Министерство здравоохранения Российской Федерации. – Москва. – Обновляется в течение суток. – URL: <https://minzdrav.gov.ru/> (дата обращения 02.11.2023). – Текст: электронный.

9.Сайт «Все о первой помощи» <https://allfirstaid.ru/>.

Литература для родителей и детей

1. Первая помощь. Пособие для лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь. /Авторы: Л.И. Дежурный, Ю.С. Шойгу, С.А. Гуменюк, Г.В. Неудачин, А.А. Колодкин, О.Л. Куров, Л.Ю. Кичанова, А.Ю. Закурдаева, А.А. Эмке - М.: ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Минздрава России, 2018. - 68 с. Текст: непосредственный.

2. Саво И. Л. Как вести себя в чрезвычайных ситуациях / И.Л. Саво. - М.: Детство-Пресс, 2015. - 942 с. - ISBN: 9785906750501. - Текст: непосредственный.

3. Аникеева Л.Ш., SOS! Оказание первой помощи детям при несчастных случаях и внезапных заболеваниях [Текст] / Л. Ш. Аникеева. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2015. - 221 с.: ил., табл.; 21 см. - (Серия «Советы педиатра»). –I SBN: 978-5-222-25729-6. - 2500 экз. - Текст: непосредственный.

4.Логачев А.С. Первая доврачебная помощь. [Текст] / А.С.Логачев. – Санкт-Петербург: Крылов, 2017 – 384с. - ISBN: 978-5-4226-0292-6: Текст: непосредственный.

Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по дополнительной общеразвивающей программе «Юный спасатель» проводятся: входная диагностика, текущий, промежуточный, итоговый контроль.

Входная диагностика – оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся после собеседования при поступлении в объединение. Входная диагностика определяет степень готовности учащихся к занятиям, проводится в сентябре в форме опроса.

Текущий контроль – контроль, определяющий степень усвоения обучающимися тематического учебного материала с целью наиболее эффективного подбора методов и средств обучения. Текущий контроль проводится в форме: практической работы, тестирования.

Промежуточный контроль - оценка уровня и качества освоения учащимися программы (проводится в форме практической работы).

Итоговый контроль – проводится на итоговом занятии в форме игрового практикума путем прохождения общегрупповых контрольных заданий для выявления полученных навыков за весь период обучения.

Критерии:

Личностные:

- уровень сформированности ответственного отношения к своему здоровью;
- уровень сформированности активной гражданской позиции;
- уровень физического развития обучающегося по программе;
- уровень коммуникабельности.

Метапредметные:

- понимание необходимости и готовности оказания первой помощи;
- умение оказывать первую помощь в различных ситуациях;
- проявление интереса к ведению безопасного образа жизни.

Предметные:

- уровень знаний основных терминов, встречающихся в первой помощи;
- уровень знаний о принципах и правилах оказания первой помощи;
- уровень владения практическими навыками оказания первой помощи.

Оценивание:

Оценки: отлично – 3 балла; хорошо – 2 балла; плохо – 1 балл.

Уровни освоения программы: 27-21 баллов – высокий уровень; 20-13 баллов; – средний уровень; 12-9 баллов – низкий уровень.

Организация воспитательной работы в детском объединении

Уровень	Задача уровня	Виды, формы и содержание деятельности	Мероприятия по реализации уровня
Инвариантная часть			
Учебное занятие	использовать в воспитании подрастающего поколения потенциал ДООП как насыщенной творческой среды, обеспечивающей самореализацию и развитие каждого учащегося	Формы: беседа, рассказ, самостоятельная работа. Виды: проблемно-ценностное общение Содержание деятельности: В соответствии с рабочей программой	Согласно учебно-тематическому плану в рамках реализации ОП
Детское объединение	-использовать в воспитании детей возможности занятий по дополнительным общеобразовательным программам как источник поддержки и развития интереса к познанию и творчеству; - содействовать приобретению опыта личностного и профессионального	1) коллективные формы (зрелищные программы): тематические концерты, спектакли, литературно-музыкальные композиции, ярмарки, праздники, балы, фестивали, митинги, парады, акции, шоу, флэшмобы, батлы. 2) индивидуальные формы , беседы, консультации, наставничество, тьюторство, адресное обслуживание (для людей с инвалидностью и ОВЗ). Коллективные дела, события, игры, конкурсы, посещение и участие в выставках	Согласно плану воспитательной работы
Работа с родителями	обеспечить согласованность позиций семьи и образовательного	На групповом уровне: • родительские дни, во время которых	Консультации, беседы по вопросам воспитания, обучения и обеспечения безопасности детей

	учреждения для более эффективного достижения цели воспитания, оказать методическую помощь в организации взаимодействия с родителями (законными представителями) учащихся в системе дополнительного образования, повысить уровень коммуникативной компетентности родителей (законных представителей) в контексте семейного общения, исходя из ответственности за детей и их социализацию	родители могут посещать занятия для получения представления о ходе учебно-воспитательного процесса в учреждении; • общие родительские собрания, происходящие в режиме обсуждения наиболее острых проблем обучения и воспитания учащихся; • родительские форумы, на которых обсуждаются интересные родители вопросы, а также осуществляются виртуальные консультации психологов и педагогов. На индивидуальном уровне: • помощь со стороны родителей в подготовке и проведении мероприятий воспитательной направленности; • индивидуальное консультирование с целью координации воспитательных усилий педагогов и родителей.	
Вариативная часть			
Профессиональное самоопределение	содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе личностных проб в совместной деятельности и	В соответствии с рабочей программой формы и содержание деятельности: • Мероприятия (беседы, лекции, диспуты, дискуссии, экскурсии, культпоходы,	В соответствии с рабочей программой -педагогическая поддержка обучающихся в осознании вызовов времени, связанных с многообразием и многовариантностью

	социальных практиках	прогулки, обучающие занятия и т.д.) • События (общие по учреждению, дни единых действий, приуроченные к праздникам и памятным датам, акции, ярмарки, фестивали, флешмобы, челленджи т.д.) • Игры (сюжетно-ролевые, деловые, спортивные, интеллектуальные и т.д.) • индивидуальные консультации психолога	выбора; • вовлечение детей и подростков в рефлексивную деятельность через определение и согласование границ свободы и ответственности (нормы и правила жизнедеятельности), принятие индивидуальности другого, развитие самоуважения и взаимоуважения; • педагогическое сопровождение обучающихся в осознании личностных образовательных смыслов через создание ситуаций выбора, осуществление индивидуальных проб в совместной деятельности и социальных практиках; • сопровождение в развитии способностей, одаренности, творческого потенциала, определяющих векторы жизненного самоопределения, развитие способностей отстаивать индивидуально значимые выборы в социокультурной среде; • помощь и поддержка потребностей и интересов детей и подростков, направленных на освоение ими различных способов деятельности; • помощь и поддержка в освоении способов целеполагания для реализации
--	----------------------	---	---

			жизненных планов (профессиональное самоопределение, выбор жизненной позиции, мобильность и др.), освоение социокультурных стратегий достижения жизненных планов; • организация деятельности учащихся по расширению опыта проектирования и реализации индивидуального маршрута саморазвития, содействие в освоении конструктивных способов самореализации; • развитие в образовательной организации переговорных площадок для детей и взрослых; • развитие системы индивидуальной помощи и сопровождения детей; • поиск эффективных форм и методов содействия детям в решении актуальных проблем; • привлечение широкого круга специалистов к индивидуальному консультированию детей, их семей и др.
«Наставничество и тьюторство»	реализовывать потенциал наставничества в воспитании обучающихся как основу взаимодействия людей разных поколений, мотивировать к саморазвитию и самореализации на пользу людям	Индивидуальный образовательный маршрут Краткосрочное и долгосрочное наставничество в процессе реализации отдельных тем ОП	ИОМ составляется на каждого учащегося в начале учебного года. В ИОМ прописаны все формы работы и мероприятия по сопровождению учащегося. Наставничество осуществляется в процессе реализации отдельных тем программы

**Воспитательная работа «Юный спасатель»,
педагог дополнительного образования Харченко И.Д.**

№ п/п	Мероприятие	Дата/время	Место	Ответственный
1.	Районный этап «Санкт-Петербургской олимпиады по оказанию первой помощи», для обучающихся в общеобразовательных учреждениях Красногвардейского района Санкт-Петербурга	Сентябрь 2026 года	Спортивный комплекс «Юбилейный» пр. Добролюбова, 18	Харченко И.Д.
2.	Праздник первой помощи в СК «Юбилейный», участие в акции «Запусти сердце»	Октябрь 2026 года	Спортивный комплекс «Юбилейный» пр. Добролюбова, 18	
3.	Брейн-ринг «Спаси в блокаду Ленинграда»	Ноябрь 2026 года	ГБОУ средняя школа № 298	
4.	Беседа с врачом-реаниматологом, спасателем, инструктором по ПП	Январь, март-май 2027 года	ГБОУ средняя школа № 298	