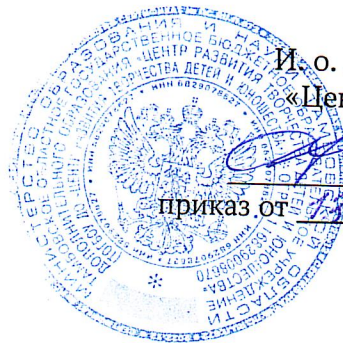


Министерство образования и науки Тамбовской области

Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное
учреждение дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества»

Центр творчества и оздоровления «Космос»

Рассмотрена и рекомендована
к утверждению Экспертно-методическим
советом ТОГБОУ ДО
«Центр развития творчества
детей и юношества»
протокол от 12.05 2025 г. № 8



Утверждаю
И.о. директора ТОГБОУ ДО
«Центр развития творчества
детей и юношества»
Ю.Б.Евдокимова
приказ от 12.05 2025 г. № 330

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности
«Первая доврачебная помощь при дорожно-транспортных происшествиях»
Уровень освоения – ознакомительный
Возраст учащихся: 10-17 лет
Срок реализации: 21 день

Автор-составитель:
Бурашникова Наталья Геннадьевна,
педагог-организатор

Тамбов, 2025

Информационная карта

1. Учреждение	Тамбовское областное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр развития творчества детей и юношества»
2. Полное название программы	Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Первая доврачебная помощь при дорожно-транспортных происшествиях»
3. Сведения об авторах:	
3.1. Ф.И.О., должность	Бурашникова Наталья Геннадьевна, педагог-организатор ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»
4. Сведения о программе:	
4.1. Нормативная база:	Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».; приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»; распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»; методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.); Закон области от 30.03.2016 №657-З «Об организации и обеспечении отдыха и оздоровления детей в Тамбовской области»; постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
4.2. Область применения	Дополнительное образование в условиях загородного оздоровительного лагеря

4.3. Направленность	Социально-гуманитарная
4.4. Вид программы	Общеразвивающая
4.5. Возраст обучающихся по программе	10-17 лет
4.6. Продолжительность обучения	21 день

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Первая доврачебная помощь при дорожно-транспортных происшествиях»** (далее – Программа) имеет социально-гуманитарную направленность. В ней представлен материал, направленный на формирование умений и навыков, необходимых для оказания первой помощи. Создание данной Программы вызвано необходимостью помочь учащимся в умении прогнозировать развитие дорожно-транспортных ситуаций, а также предназначено для получения слушателями устойчивых знаний и умений в области понимания системы оказания первой медицинской помощи в случаях возможных повреждений, травм, возникновения опасных для здоровья состояний.

Актуальность Программы. Первая помощь представляет собой комплекс действий, направленных на поддержание или восстановление жизни и здоровья пострадавшего, проводимых людьми без медицинского образования. Несчастные случаи и травмы могут случиться с кем угодно и когда угодно, и нередко поблизости не оказывается медицинских специалистов. Поэтому важно, чтобы каждый знал базовые принципы оказания первой доврачебной помощи при возникновении несчастных случаев.

Отличительной особенностью Программы является использование в образовательном процессе психолого-педагогических техник (тренинги, ролевые игры и др.) и специально оборудованных площадок, способствующих формированию внутренней мотивации у ребенка, осознанной необходимости безопасного поведения при оказании первой доврачебной помощи с учетом возрастных особенностей детей.

Новизна Программы. Данная Программа предназначена для обеспечения процесса обучения, приобретения навыков самостоятельного решения и практического применения теоретических знаний в различных чрезвычайных ситуациях, оказания первой доврачебной помощи, расширения кругозора, укрепления здоровья. Кроме этого, по ходу реализации программы, предполагается проведение тренировок в условиях, максимально приближенных к реальным ситуациям, чтобы участники могли отработать свои навыки в стрессовых ситуациях и научиться быстро адаптироваться к изменяющимся условиям. Программа направлена на обучение подростков быстрому и грамотному принятию решений в трудных жизненных ситуациях, правильному и своевременному оказанию первой помощи.

Педагогическая целесообразность. Образовательная программа «Первая доврачебная помощь при дорожно-транспортных происшествиях» педагогически целесообразна. Она способствует формированию законопослушного поведения детей, воспитанию гражданской позиции, толерантного отношения к людям и ответственного поведения. При её реализации создаются условия для социальной

практики ребенка в реальной жизни, накопления нравственного и практического опыта.

Адресат Программы

Программа ориентирована на детей среднего и старшего школьного возраста (10-17 лет), отдыхающих в лагерях, и актуальна для данных возрастных категорий. Дети в этом возрасте уже имеют первоначальные представления об оказании первой доврачебной помощи.

Условия набора учащихся

На обучение по программе принимаются все желающие.

Количество участников

Группы от 7-15 человек. Группы формируются с учётом возрастных особенностей.

Состав группы: переменный.

Объем и срок освоения Программы

Программа является краткосрочной, предназначена для реализации в летнем оздоровительном лагере, рассчитана на 21 день обучения в количестве 12 часов.

Форма обучения – очная.

Режим организации занятий по данной Программе определяется согласно распорядку дня Центра творчества и оздоровления «Космос» и соответствует нормам, утвержденным «СанПиН требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (СанПиН 2.4.3648-20).

Занятия проводятся 4 раза в неделю по 1 академическому часу (45 мин.).

Форма организации: групповая.

Формы занятий по содержанию: организационные, теоретические, практические. Организационная часть включает в себя презентацию Программы, деление отряда на группы (команды) и т.д. Большая часть времени отводится на практическую часть.

1.2. Цель и задачи Программы

Цель: формирование устойчивых практических умений и навыков оказания первой доврачебной помощи в экстренных ситуациях, возникающих при дорожно-транспортных происшествиях.

Задачи:

образовательные:

закрепить теоретические знания по оказанию первой доврачебной помощи;
сформировать навыки оказания первой доврачебной помощи в различных жизненных ситуациях.

развивающие:

развить умение прогнозировать дорожную обстановку и принимать правильное решение в различных ситуациях;
развить интерес у обучающихся к выбранному профилю деятельности.

воспитательные:

воспитать уважительное отношение ко всем участникам дорожного движения.

1.3. Содержание программы Учебный план

№ п/п	Название тем	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	0,5	0,5	0	-
1	Дорожно-транспортный травматизм. Травмы при ДТП и способы их диагностики	1	0,5	0,5	Тестирование
2	Психические реакции при авариях. Особенности оказания доврачебной помощи	1	0,5	0,5	Практическое занятие
3	Индивидуальная аптечка	1	0,5	0,5	Практическое занятие
4	Обработка ран	1,5	0,5	1	Практическое занятие
5	Остановка наружного кровотечения	2	1	1	Практическое занятие
6	Помощь при травмах и повреждениях	2	1	1	Практическое занятие
7	Методы высвобождения пострадавших, их транспортировка	2	1	1	Командная эстафета
8	Итоговое занятие	1	0	1	Итоговое тестирование
	Итого:	12	5,5	6,5	

Содержание учебного плана

Вводное занятие

Теория. Понятие «транспортное средство», для чего оно служит. Способы передвижения. Опасность движущихся транспортных средств. Цель оказания первой доврачебной помощи. Понятие правила «золотого часа». Основные правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб. Основные факторы, угрожающие жизни и здоровью при оказании первой помощи.

Тема 1. «Дорожно-транспортный травматизм. Травмы при ДТП и способы их диагностики».

Теория. Характеристика транспортных средств, приспособления, предохраняющие от травм при ДТП. Статистика повреждений при ДТП, их локализация и степень тяжести. Влияние фактора времени при оказании медицинской помощи пострадавшим. Повреждения, характерные для лобового столкновения, удара в бок, резкого торможения, опрокидывания. Повреждения

при ударе о рулевое колесо. Типичные повреждения при наезде на пешехода. Достоверные и вероятные признаки перелома, черепно-мозговой травмы, повреждения позвоночника, таза.

Практика. Тестирование «Травмы при ДТП»

Тема 2. «Психические реакции при авариях. Особенности оказания доврачебной помощи».

Теория. Психотические и невротические расстройства, их характеристики. Аффективно-шоковые реакции, психомоторные возбуждения, истерические психозы, психогенный ступор. Особенности оказания медицинской помощи.

Практика. Тренинг «Методы психологической поддержки: успокоение, отвлечение внимания, поддержание контакта».

Тема 3. «Индивидуальная аптечка».

Теория. Комплектация индивидуальной медицинской аптечки. Навыки применения ее содержимого.

Практика. Практикум «Собираем аптечку вместе».

Тема 4. «Обработка ран».

Теория. Техника обработки ран, дезинфицирования и наложения асептических повязок при повреждениях различной локализации. Использование подручных средств при наложении повязок.

Практика. Тренировочное упражнение по отработке навыков наложения асептических повязок при повреждениях различной локализации и использования подручных средств при наложении повязок.

Тема 5. «Остановка наружного кровотечения»

Виды кровотечений. Признаки артериального, венозного кровотечения. Приемы временной остановки наружного кровотечения.

Практика. Тренировочное упражнение по отработке навыков остановки наружного кровотечения (пальцевое прижатие артерии; наложение жгута-закрутки и резинового жгута; максимальное сгибание конечности; тампонирование раны, наложение давящей повязки).

Тема 6. «Помощь при травмах и повреждениях»

Теория. Понятие о травме и её видах. Оказание первой помощи при травмах различных частей тела.

Практика. Наложение спиральной повязки при переломе ребер, наложение повязки при ранении грудной клетки, наложение повязки при травмах головы и переломах; транспортировка при отсутствии подручных средств (одним человеком или несколькими людьми).

Тема 7. «Методы высвобождения пострадавших, их транспортировка».

Теория. Приемы открывания заклиненных дверей машины, извлечение пострадавших через разбитое стекло. Особенности извлечения пострадавших с длительно придавленными конечностями. Приемы переноски на импровизированных носилках, на руках, на плечах, на спине. Использование попутного транспорта для транспортировки пострадавших.

Практика. Командная эстафета на скорость и точность выполнения задач.

Итоговое занятие.

Практика. Тестирование по теме: «Оказание первой медицинской помощи при дорожно-транспортных происшествиях», решение ситуационных задач.

1.4. Планируемые результаты.

По итогам освоения программы, обучающиеся должны:

знать:

теорию по оказанию первой доврачебной помощи;

методику первой доврачебной помощи.

у обучающихся будут развиты:

умение прогнозировать дорожную обстановку и принимать правильное решение в различных ситуациях;

интерес к выбранному профилю деятельности.

уметь:

уважительно относиться ко всем участникам дорожного движения;

ориентироваться на дороге и определять опасные ситуации;

оказывать первую помощь при дорожно-транспортном происшествии;

соблюдать собственную безопасность при оказании первой помощи.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график (приложение № 1)

Количество часов – 12 ч.

Количество недель – 3 нед.

Количество часов в неделю – 4 ч.

2.2. Условия реализации Программы

Базой для реализации программы является ЦТО «Космос», который является структурным подразделением ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества» – Регионального модельного центра дополнительного образования детей.

ЦТО «Космос» расположен в сосновом бору Тамбовский муниципальный район, сельское поселение Тулиновский сельсовет.

Условия проживания и быта:

корпуса № 1, 2 – одноэтажные, 4 спальные комнаты на 12-14 человек, оборудованы камерами хранения, комната для вожатых, веранды;

корпус №3 – одноэтажный, 2 спальные комнаты на 11-12 человек, оборудован камерой хранения, комната для вожатых, веранда;

корпус №4 – двухэтажный, спальные комнаты на 2-4 человека, 1 конференц-зал, 2 холла, медицинская комната, гостевая, кухня, столовая, прачечная.

На территории: столовая, медпункт, котельные, летний душ, прачечная и сушилка, игровая комната, библиотека-класс, крытая эстрадная площадка, крытая теннисная площадка, волейбольная и баскетбольная площадки, футбольное поле с трибунами, детская игровая площадка, песочницы, крытые беседки, площадка для проведения линейек.

Кадровые условия

Начальник ЦТО «Космос», заместитель начальника лагеря по УВР, старший воспитатель, старший вожатый, воспитатели, вожатые, инструктор по физической культуре, инструктор по плаванию, медицинский работник.

Мастер-классы по дополнительным общеразвивающим программам проводят специалисты ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества» – Регионального модельного центра дополнительного образования детей.

Психолого-педагогическое сопровождение участников лагерной смены осуществляют педагоги-психологи ТОГБОУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества» – Регионального модельного центра дополнительного образования детей.

Руководство деятельностью лагеря осуществляет начальник лагеря ЦТО «Космос».

Заместитель начальника по УВР:

- координирует деятельность воспитателей и старшего вожатого по реализации программы смены;

- координирует деятельность старшего воспитателя и старшего вожатого по проведению мероприятий в соответствии с программой и планом-сеткой.

Старший воспитатель:

- координирует деятельность воспитателей и старшего вожатого по реализации программы смены;

- отвечает за подготовку творческих мастерских и мастер-классов по дополнительным общеразвивающим программам;

- оказывает помощь специалистам во время проведения творческих мастерских и мастер-классов;

- организует самоуправление в коллективе воспитанников;

- обеспечивает безопасное проведение воспитательного процесса, строгое соблюдение правил охраны труда, техники безопасности, санитарных и противопожарных правил;

- проводит ежедневные совещания с отрядными воспитателями.

Старший вожатый:

- формирует отряды, производит закрепление вожатых;

- отвечает за проведение мероприятий в соответствии с программой, планом-сеткой;

- осуществляет контроль за проведением отрядных сборов, проводит семинары-совещания для вожатых;

- организует оформление территории, помещений лагеря в связи с торжественными (тематическими) мероприятиями.

Отрядный вожатый:

- проводит анкетирование детей с целью выявления их интересов, склонностей и достижений;

- ежедневно отслеживает настроения детей; удовлетворенность проведенными мероприятиями;

- участвует в организации и проведении общелагерных мероприятий в соответствии с указаниями старшего вожатого и начальника лагеря;

контролирует выпуск радиопередач еженедельных отрядных газет;
организует обязательное участие отряда в мероприятиях в соответствии с программой и планом-сеткой;

составляет отрядный план работы, согласованный со старшим вожатым, и отчитывается в его выполнении.

Спортивно-оздоровительные мероприятия проводит инструктор по физической культуре.

Материально-техническое обеспечение

Кабинет специальной подготовки.

- компьютер для педагога
- проектор
- аптечка индивидуальная.
- сумка медицинская.
- набор шин для иммобилизации.
- бинты марлевые медицинские.
- индивидуальный перевязочный пакет.
- носилки медицинские мягкие.
- жгут резиновый.

2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:
аналитическая справка по итогам реализации Программы, фото- и видео – материалы, цифровые следы, скриншоты отзывов участников.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:
практические занятия по оказанию первой доврачебной помощи (выполнение различных по уровню сложности заданий), итоговое тестирование.

2.4. Оценочные материалы эффективности Программы:

Для оценивания эффективности усвоения учащимися содержания Программы используется тестирование:

По результатам итогового тестирования смены выявляется:
степень удовлетворенности детей программой смены;
сформированность коммуникативных навыков и социальных компетенций;
мотивирование к ведению здорового образа жизни;
совершенствование умений и навыков в пополнение знаний участников смены по вопросам безопасного поведения на дороге и оказанию первой доврачебной помощи;
воспитание отрицательного отношения к нарушителям норм поведения и правил дорожного движения.

2.5. Методические материалы

Образовательные мероприятия в процессе реализации Программы осуществляются как очно, так и дистанционно, в условиях сетевого взаимодействия. В реализации Программы принимают участие педагоги,

вожатые, региональный ресурсный центр по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма, медицинские работники, волонтеры.

При проведении активностей Программы воспитателями и вожатыми применяются следующие методы обучения:

- словесный,
- наглядный,
- практический,
- объяснительно-иллюстративный,
- проблемный,
- частично-поисковый,
- игровой.

Методы воспитания включают:

- мотивацию,
- убеждение,
- поощрение,
- стимулирование,
- коллективное воспитание и др.

При реализации программы педагогами используются:

ИКТ технологии;

технологии развивающего обучения;

игровые технологии;

здоровьесберегающие технологии.

Методическое обеспечение программы

№ п/п	Название темы	Формы занятий	Методы и приемы	Дидактический материал, техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	Вводное занятие	Беседа	Объяснительно-иллюстративный, словесный, наглядный	Ноутбук, проектор, наглядно-иллюстрационный материал	-
2	Дорожно-транспортный травматизм. Травмы при ДТП и способы их диагностики	Беседа/ Практическое занятие	Образовательный интенсив. Методы: словесный, объяснительно-иллюстративный, наглядный, практический	Ноутбук, проектор, наглядно-иллюстрационный материал, листы с тестированием, ручки	Тестирование
3	Психические реакции при авариях. Особенности оказания доврачебной помощи	Беседа/ Практическое занятие	Мастер-классы, интеллектуальные игры, образовательный интенсив Методы: словесный, наглядный,	Ноутбук, проектор, наглядно-иллюстрационный материал	Практическое занятие

			объяснительно-иллюстративный частично-поисковый, проблемный		
4	Индивидуальная аптечка	Беседа/ Практическое занятие	Мастер-классы, интеллектуальные игры, образовательный интенсив Методы: словесный, наглядный, практический, частично-поисковый, проблемный, игровой	автомобильная медицинская аптечка	Практическое занятие
5	Обработка ран	Беседа/ Практическое занятие	Мастер-классы, образовательные интенсивы. Методы: словесный, наглядный, практический, частично-поисковый, игровой	наглядно-иллюстрационный материал, жгут, бинт, антисептики, ножницы	Практическое занятие
6	Остановка наружного кровотечения	Беседа/ Практическое занятие	Мастер-классы, интеллектуальные игры, образовательный интенсив Методы: словесный, наглядный, практический, частично-поисковый.	наглядно-иллюстрационный материал, жгут, бинт	Практическое занятие
7	Помощь при травмах и повреждениях	Беседа/ Практическое занятие	Мастер-классы, образовательный интенсив Методы: словесный, наглядный, практический, частично-поисковый.	наглядно-иллюстрационный материал, бинт	Практическое занятие
8	Методы высвобождения пострадавших, их транспортировка	Беседа/ Практическое занятие	Мастер-классы, образовательный интенсив Методы: словесный, наглядный,	наглядно-иллюстрационный материал, жгут, бинт, носилки	Командная эстафета

			практический, проблемный, игровой		
6	Итоговое занятие	Практическое занятие	Итоговое тестирование Методы: словесный, практический	Колонки, микрофон, листы с итоговым тестированием, ручки	Итоговое тестирование

2.6. Список литературы

Для педагогов:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989 г.).
2. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993 г., с поправками 2020г.).
3. Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998г. № 124-ФЗ (ред. от 28.12.2016г.).
4. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ (ред. от 07.03.2018г.).
5. Распоряжения Комитета по образованию от 12.04.2006 № 335-р «Об организации деятельности образовательных учреждений по совершенствованию работы в сфере профилактики детского дорожно-транспортного травматизма».
6. Воронова Е.А. Красный. Желтый. Зеленый. ПДД во внеклассной работе: Метод. пос. для организаторов внешкольной работы, руководителям отрядов ЮИД, театральных кружков и пр. - Ростов-на-Дону: «Феникс», 2006.
7. Рыбин А.Л. Велосипедистам о безопасном дорожном движении. – М., 1991.
9. Сборник материалов для работы по профилактике ДДТТ. / Сост. Е.И.Свахчан, О.Г. Макашина. – СПб., 2001. (вып. №2).
10. Буянов В.М., Первая медицинская помощь: Учеб. для учащихся мед. училищ и колледжей / В. М. Буянов, Ю. А. Нестеренко. - 7. изд., перераб. и доп. - М. : Медицина, 2000. - 222, [1] с.: ил.; 21 см. - (Учеб. лит. для учащихся мед. училищ и колледжей); ISBN 5-225-04537-5
11. Величко В.Н., Цикулин А.Е. Основы доврачебной помощи. - М., 1996.
12. Куколевский Г.М., Здоровье и физическая культура [Текст]. - Москва: Медицина, 1979. - 191 с.: ил.; 20 см. - (Научно-популярная медицинская литература. Физическая культура и закаливание).
13. Мачулин, Е. Г. Организация оказания медицинской помощи пострадавшим с травмами в чрезвычайной ситуации: курс лекций / Е. Г. Мачулин. - Минск: Харвест, 2000. - 256 с. - ISBN 985-13-0154
14. Родионова О.М. Первая доврачебная помощь: практ. пособие / О. М. Родионова, А. А. Башкиров. - М.: Изд-во Рос. ун-та дружбы народов, 2004 (Тип. ИПК РУДН). - 78 с., [16] л. цв. ил.; 22 см.; ISBN 5-209-01640-4 (в обл.) Для обучающихся:

15. Соколова Н.Г., Новый справочник медицинской сестры / Н. Г. Соколова. - Ростов н/Д : Феникс, 2001. - 574, [1] с.: ил.; 21 см. - (Серия "Медицина для вас"); ISBN 5-222-01748-6

16. Обуховец Т.П., Основы сестринского дела: практикум : учебное пособие / Т. П. Обуховец ; под ред. Б. В. Кабарухина. - 7-е изд., перераб. и доп. - Ростов на Дону: Феникс, 2008 (Ростов н/Д: Книга). - 603 с.: ил.; 21 см. - (Серия «Медицина для вас»); ISBN 978-5-222-13347-7 (В пер.)

Для учащихся

1. Ключев А.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебное пособие. - Ростов н/Д: Легион, 2011. - 174с.

2. Формирование универсальных учебных действий в курсе ОБЖ.5-9 классы/ сост. Г.П.Попова.- Волгоград, Учитель, 2015.- 232с.

3. Кирьянова В.Н. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма.- Методическое пособие.- М.: Третий Рим, 2007.

Интернет ресурсы:

<https://travmaoff.ru/perelom/kosynochная-povyazka.html>

https://www.youtube.com/watch?v=E4O9Z_36YYU

<https://www.youtube.com/watch?v=vJx8k6-vfEU>

<https://ppt-online.org/13428>

<https://studfiles.net/preview/1608771/page:31/>

<https://videouroki.net/razrabotki/viktorina-piervaja-pomoshch.html>

Календарный учебный график

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа велосипедиста» (ознакомительный уровень) срок реализации: 21 день

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
				Беседа	0,5	Вводное занятие	Кабинет	-
				Беседа/ Практическое занятие	1	Дорожно-транспортный травматизм. Травмы при ДТП и способы их диагностики	Территория лагеря	Тестирование
				Беседа/ Практическое занятие	1	Психические реакции при авариях. Особенности оказания доврачебной помощи	Территория лагеря	Практическое занятие
				Беседа/ Практическое занятие	1	Индивидуальная аптечка	Территория лагеря	Практическое занятие
				Беседа/ Практическое занятие	1,5	Обработка ран	Территория лагеря	Практическое занятие
				Беседа/ Практическое занятие	2	Остановка наружного кровотечения	Территория лагеря	Практическое занятие
				Беседа/ Практическое занятие	2	Помощь при травмах и повреждениях	Территория лагеря	Практическое занятие
				Беседа/ Практическое занятие	2	Методы высвобождения пострадавших, их транспортировка	Территория лагеря	Командная эстафета
				Практическое занятие	1	Итоговое занятие	Территория лагеря	Итоговое тестирование

Тестирование знаний о видах травм при ДТП:

Вопрос 1

Какие травмы чаще всего возникают при резком движении головы вперед-назад?

- А) Перелом ребер
- Б) Хлыстовая травма шеи
- В) Разрыв сухожилий
- Г) Ожог

Правильный ответ: Б) Хлыстовая травма шеи

Вопрос 2

Что может стать причиной повреждения внутренних органов при ДТП?

- А) Контакт с острыми краями обломков автомобиля
- Б) Резкий рывок тела
- В) Сдавление грудной клетки или живота
- Г) Психологический стресс

Правильный ответ: В) Сдавление грудной клетки или живота

Вопрос 3

Какая травма может возникнуть при ударе головой о руль или приборную панель?

- А) Компрессионный перелом позвонка
- Б) Черепно-мозговая травма
- В) Смещение диска
- Г) Разрыв сухожилия

Правильный ответ: Б) Черепно-мозговая травма

Вопрос 4

Какой вид травмы может привести к ограничению подвижности и болям в спине?

- А) Повреждение кожи
- Б) Посттравматическое стрессовое расстройство
- В) Смещение межпозвонкового диска
- Г) Перелом руки

Правильный ответ: В) Смещение межпозвонкового диска

Вопрос 5

Что является основным фактором риска возникновения ожогов при ДТП?

- А) Столкновение с другим автомобилем
- Б) Возгорание транспортного средства
- В) Контакт с острыми предметами
- Г) Высокая скорость движения

Правильный ответ: Б) Возгорание транспортного средства

Вопрос 6

Как называется состояние, которое может развиваться после серьезного ДТП и характеризуется тревожностью, бессонницей и ночными кошмарами?

- А) Синдром хронической усталости
- Б) Посттравматическое стрессовое расстройство
- В) Депрессия
- Г) Гипертония

Правильный ответ: Б) Посттравматическое стрессовое расстройство

Вопрос 7

Какие меры предосторожности помогают снизить риск получения травм при ДТП?

- А) Использование мобильного телефона во время вождения
- Б) Превышение скорости
- В) Ремни безопасности и подушки безопасности
- Г) Отсутствие страховки

Правильный ответ: В) Ремни безопасности и подушки безопасности

Вопрос 8

Какую травму можно получить при ударе грудной клеткой о руль или приборную панель?

- А) Перелом ноги
- Б) Травму головы
- В) Перелом ребра
- Г) Повреждение колена

Правильный ответ: В) Перелом ребра

Вопрос 9

Что может случиться с позвоночником при резком сдавливании?

- А) Вывих сустава
- Б) Компрессионный перелом позвонка
- В) Разрыв мышцы
- Г) Царапина

Правильный ответ: Б) Компрессионный перелом позвонка

Вопрос 10

Какие травмы могут возникнуть при контакте с острыми краями обломков автомобиля или осколками стекла?

- А) Ожоги
- Б) Переломы костей
- В) Царапины и порезы
- Г) Психологические последствия

Правильный ответ: В) Царапины и порезы

Ситуационные задачи к итоговому уроку**Задача № 1.**

Во время катания на роликах по центральной аллее парка без шлема и других средств защиты девочка упала и сильно ударилась головой об асфальт. Она лежит на спине, на вопросы не отвечает. В области лба видна шишка. На правом локте глубокая ссадина со слабым кровотечением темной кровью. У одного из окружающих имеется несколько полосок бактерицидного пластыря и 2 бинта. Окажите пострадавшей первую помощь.

Задача № 2.

Во время остановки и спешивания мотоциклист не удержал мотоцикл, который упал ему на левую ногу. Мотоциклист сумел самостоятельно извлечь ногу. Он сидит на бордюре и жалуется на сильную боль в области левого голеностопного сустава, усиливающуюся при попытке наступить на ногу. Левая штанина разорвана, на голени спереди имеется повреждение кожи длиной около 10 см с кровотечением слабой струей темной крови. У мотоциклиста в багажнике имеется аптечка. Окажите первую помощь мотоциклисту.

Задача № 3.

Водитель электросамоката, проезжая по тротуару, допустил наезд на человека, отходившего от киоска, в котором продают кофе навынос. Пострадавший упал на левый бок, но смог самостоятельно подняться. Он стоит рядом с киоском, жалуется на боль в левой кисти и левом предплечье. При попытке поднять левую руку боль в предплечье резко усиливается. Кожа левой кисти красная, болезненная. В киоске есть аптечка и вода. Окажите первую помощь пострадавшему.

Задача № 4.

Подросток, перебежавший дорогу, был сбит легковым автомобилем. Пострадавший сидит на тротуаре, жалуется на боли в животе. На волосистой части головы в области уха рваная рана с кровотечением темной кровью средней интенсивности. Водитель автомобиля принес аптечку. Выполните необходимые действия по оказанию первой помощи.

Задача № 5.

Водитель припарковавшегося возле торгового центра автомобиля, выходя из него, подвернул ногу и упал. Он не может подняться, сидит рядом с автомобилем, просит о помощи. Жалуется на боли в нижней части левой голени, усиливающиеся при движении и ощупывании. Левая рука болезненна при ощупывании в области лучезапястного сустава, опереться на нее пострадавший не может из-за сильной боли. В автомобиле имеется аптечка. Окажите первую помощь пострадавшему.

Задача № 6.

Проезжая по пешеходному переходу, велосипедист столкнулся с пешеходом, движущимся в попутном направлении. От столкновения пешеход упал лицом вниз. Велосипедист не пострадал. Пешеход самостоятельно добрался до скамейки на тротуаре. Он сидит, запрокинув

голову, из носа вытекает темная кровь. На правом колене брюки разорваны, видны глубокие ссадины со слабым кровотечением темной кровью. Велосипедист принес из аптеки 2 бинта и одну пару перчаток. Выполните необходимые мероприятия первой помощи.

Задача № 7.

Во время катания со снежной горки, мальчик на тюбинге выехал на проезжую часть улицы и, пытаясь затормозить руками, ударился обеими кистями рук о паркующийся автомобиль. Мальчик снял перчатки и осмотрел обе кисти. Не обнаружив повреждений, мальчик продолжил кататься, не надевая перчаток. Через некоторое время он обнаружил, что кончики пальцев обеих кистей побледнели и потеряли чувствительность. Он обратился за помощью. Жалуется на сильную боль в левом запястье, усиливающуюся при движении. У одного из автомобилистов есть аптечка, имеются подручные средства (шарфы). Окажите первую помощь.

Тестовые задания по разделу: «Оказание первой медицинской помощи при дорожно-транспортных происшествиях» 1 вариант

Выбрать один правильный вариант ответа

1. При носовом кровотечении у пострадавшего необходимо:

- 1) Придать ему положение полусидя, запрокинуть голову назад, обеспечить охлаждение переносицы.
- 2) Придать ему положение полусидя, голову наклонить вперед, обеспечить охлаждение переносицы.
- 3) Уложить пострадавшего на спину, вызвать врача.

2. Что следует сделать для оказания первой помощи пострадавшему при переломе плечевой кости?

- 1) Наложить шину с наружной стороны плеча и туго прибинтовать руку к туловищу.
- 2) Наложить две шины с наружной и внутренней стороны плеча, подложить валик из мягкой ткани в подмышечную область, согнуть руку в локтевом суставе и зафиксировать косыночными повязками через шею и вокруг туловища.

3. Как остановить кровотечение при ранении артерии?

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

4. Как правильно снимать одежду с пострадавшего, получившего повреждение руки или ноги?

- 1) Одежду следует сначала снять с поврежденной конечности.
- 2) Одежду следует сначала снять с неповрежденной конечности.
- 3) Последовательность действий не имеет значения.

5. На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут в холодное время года?

- 1) Время не ограничено.
- 2) Не более одного часа.
- 3) Не более получаса.

6. При вынужденном длительном наложении кровоостанавливающий необходимо жгут :

- 1) Периодически ослаблять, и затем переносить выше прежнего места наложения.
- 2) Периодически ослаблять, и затем переносить ниже прежнего места наложения.
- 3) Периодически ослаблять, и затем накладывать на прежнее место.

7. Действия по оказанию первой помощи при химических ожогах:

- 1) Обильно промыть струей воды и нейтрализовать (кислоту – слабым раствором щелочи, щелочь – слабым раствором кислоты).
- 2) Промыть водой, просушить.

3) Протереть тампоном, смоченным спиртосодержащей жидкостью.

8. **Помогая пострадавшему, охранник оказывает ему:**

1) Первую помощь.

2) Специализированную помощь.

3) Медикаментозную помощь.

9. **Правильный способ остановки венозного кровотечения?**

1) Наложение на рану давящей повязки

10. Наложение жгута или резкое сгибание конечности в суставе.

11. **Начинать сердечно-легочную реанимацию следует только**

при:

1) Потере человеком сознания при отсутствии пульса на сонной артерии.

2) Потере человеком сознания, независимо от наличия пульса.

12. **Ритм сердечно-легочной реанимации, выполняемой одним лицом, оказывающим помощь:**

1) 1 вдувание воздуха – 5 надавливаний на грудную клетку.

2) 2 вдувания воздуха – 15 надавливаний на грудную клетку.

3) 2 вдувания воздуха – 30 надавливаний на грудную клетку.

13. **Какие признаки клинической смерти?**

1) Отсутствие сознания, судороги, выделение пены изо рта.

2) Отсутствие сознания, дыхания, пульса на сонной артерии, широкие зрачки.

14. **Определите виды ран:**

1) Раны, возникающие от разрыва кожи при натяжении, при открытых переломах-это...

2) Раны, имеющие небольшое входное отверстие, иногда имеется выходное отверстие, сопровождаются обильным кровотечением-это...

3) Внешне небольшие раны, (нанесенные гвоздем, отверткой), характеризуются глубокими внутренними повреждениями-это....

4) Раны, возникающие при воздействии тупых предметов, падениях, их края не ровные, кровотечение слабое -это....

15. **Норма пульса в покое:**

1) от 50- 70

2) от 60-80

3) от 80-90

Ответы: 1-2; 2-2; 3-2; 4-2; 5-2; 6-1; 7-1; 8-1; 9-1; 10-1; 11-3; 12-2,

14.1- рваные; 13.2-огнестрельные; 13.3- колотые; 13.4- ушибленные; 15-2.

Тестовые задания по разделу: «Оказание первой медицинской помощи при дорожно-транспортных происшествиях» 2вариант

Выбрать один правильный вариант ответа

1.Когда следует проводить сердечно-легочную реанимацию пострадавшего?

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

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

2.Какие сведения необходимо сообщить диспетчеру для вызова «Скорой помощи» при ДТП?

1. Указать общеизвестные ориентиры, ближайшие к месту ДТП. Сообщить о количестве пострадавших, указать их пол и возраст.

2. Указать улицу и номер дома, ближайшего к месту ДТП. Сообщить, кто пострадал в ДТП (пешеход, водитель автомобиля или пассажиры), и описать травмы, которые они получили.

3. Указать точное место совершенного ДТП (назвать улицу, номер дома и общеизвестные ориентиры, ближайшие к месту ДТП). Сообщить о количестве пострадавших, их пол, примерный возраст и о наличии у них признаков жизни, а также сильного кровотечения.

3.Как следует расположить руки на грудной клетке пострадавшего при выполнении непрямого массажа сердца?

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 груди на два пальца выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец одной руки указывал в сторону подбородка пострадавшего, а другой – в сторону живота.

3. Непрямой массаж сердца выполняют основанием ладони только одной руки, расположенной на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка. Направление большого пальца не имеет значения.

4.В чем заключается первая помощь пострадавшему, находящемуся в сознании, при повреждении позвоночника?

1. Уложить пострадавшего на бок.

2. Лежащего пострадавшего не перемещать. Следует наложить ему на шею импровизированную шейную шину, не изменяя положения шеи и тела.

3. Пострадавшему, лежащему на спине, подложить под шею валик из одежды и приподнять ноги.

5. При открытом переломе конечностей, сопровождающемся кровотечением, первую помощь начинают:

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

6.Какова первая помощь при травме волосистой части головы?

1. Наложить импровизированную шейную шину. К ране волосистой части головы приложить давящую повязку из стерильного бинта, пострадавшего уложить на бок с согнутыми в коленях ногами, к голове приложить холод.

2. Наложить импровизированную шейную шину, на рану наложить стерильный ватный тампон, пострадавшего уложить на спину, приподняв ноги. К голове приложить холод.

3. Шейную шину не накладывать, рану заклеить медицинским пластырем, пострадавшего уложить на бок только в случае потери им сознания.

7.При потере пострадавшим сознания и наличии пульса на сонной артерии для оказания первой помощи его необходимо уложить:

1. На спину с подложенным под голову валиком.
2. На спину с вытянутыми ногами.
3. На бок так, чтобы согнутые колени опирались о землю, а верхняя рука находилась под щекой.

8.На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут?

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 не ограничено.

9.О каких травмах у пострадавшего может свидетельствовать поза «лягушки» (ноги согнуты в коленях и разведены, а стопы развернуты подошвами друг к другу) и какую первую помощь необходимо при этом оказать?

1. У пострадавшего могут быть ушиб брюшной стенки, перелом лодыжки, перелом костей стопы. При первой помощи вытянуть ноги, наложить шины на обе ноги от голеностопного сустава до подмышки.

2. У пострадавшего могут быть перелом шейки бедра, костей таза, перелом позвоночника, повреждение внутренних органов малого таза, внутреннее кровотечение. Позу ему не менять, ноги не вытягивать, шины не накладывать. При первой помощи подложить под колени валик из мягкой ткани, к животу по возможности приложить холод.

3. У пострадавшего могут быть перелом костей голени и нижней трети бедра. При первой помощи наложить шины только на травмированную ногу от голеностопного до коленного сустава, не вытягивая ногу.

10.Как определить наличие пульса на сонной артерии пострадавшего?

1. Три пальца руки располагают с левой стороны шеи под нижней

челюстью.

2. Три пальца руки располагают с правой или левой стороны шеи на уровне щитовидного хряща гортани (кадыка) и осторожно продвигают вглубь шеи между щитовидным хрящом ближайшей к хрящу мышцей.

3. Большой палец руки располагают на шее под подбородком с одной стороны гортани, а остальные пальцы – с другой стороны.

11. Что необходимо сделать для извлечения инородного тела, попавшего в дыхательные пути пострадавшего?

1. Уложить пострадавшего на свое колено лицом вниз и ударить кулаком по спине несколько раз.

2. Вызвать рвоту, надавив на корень языка. При отрицательном результате ударить ребром ладони по спине пострадавшего либо встать спереди и сильно надавить кулаком на его живот.

3. Ударить несколько раз ладонью по спине пострадавшего. При отрицательном результате встать сзади, обхватить его обеими руками на уровне нижних ребер, сцепить свои руки в кулак, одновременно сдавить его ребра и резко надавить на область живота кулаком в направлении внутрь и вверх.

12. Каковы признаки кровотечения из крупной артерии и первая помощь при ее ранении?

1. Одежда быстро пропитывается кровью, кровь темного цвета вытекает из раны пассивно. Накладывается давящая повязка на место ранения.

2. Одежда пропитана кровью, кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей. Накладывается кровоостанавливающий жгут выше места ранения не менее чем на 3-5 см.

3. Одежда пропитывается кровью только в месте ранения (цвет крови не имеет значения), кровь вытекает из раны пассивно. Накладывается кровоостанавливающий жгут ниже места ранения не менее чем на 3-5 см.

13. Разрешено ли давать пострадавшему, находящемуся в бессознательном состоянии, лекарственные средства?

1. Разрешено.

2. Разрешено в случае крайней необходимости.

3. Запрещено.

14. Каким образом оказать первую помощь при ранении, полученном в результате ДТП?

1. Промыть рану водой, удалить инородные тела, внедрившиеся в рану, приложить стерильную вату, закрепив ее бинтовой повязкой.

2. Надеть медицинские перчатки, рану промыть спиртовым раствором йода, смазать лечебной мазью и заклеить сплошным лейкопластырем.

3. Надеть медицинские перчатки, рану не промывать, на рану наложить марлевую стерильную салфетку, закрепив ее лейкопластырем по краям или бинтовой повязкой.

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

1. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс. Уложить

пострадавшего на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок и выдвинуть нижнюю челюсть.

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

3. 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. **16. Каким образом проводится сердечно-легочная реанимация пострадавшего?**

1. Искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца: вначале 1 вдох методом

«Рот ко рту», затем 15 надавливаний на грудину.

2. Непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция легких: вначале 5 надавливаний на грудину, затем 1 вдох методом «Рот ко рту».

3. Непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция легких: вначале 30 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха методом «Рот ко рту».

17. Как оказывается первая помощь при переломах конечностей, если отсутствуют транспортные шины и подручные средства для их изготовления?

1. Верхнюю конечность, вытянутую вдоль тела, прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, проложив между ними мягкую ткань.

2. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности прибинтовывают друг к другу, обязательно проложив между ними мягкую ткань.

3. Верхнюю конечность, согнутую в локте, подвешивают на косынке и прибинтовывают к туловищу. Нижние конечности плотно прижимают друг к другу и прибинтовывают.

18. В каких случаях пострадавшего извлекают из салона автомобиля?

1. Всегда при потере потерпевшим сознания.

2. При потере потерпевшим сознания и отсутствии у него пульса на сонной артерии и признаков дыхания.

3. При переломах нижних конечностей.

19. Какова первая помощь при наличии признаков термического ожога второй степени (покраснение и отек кожи, образование на месте ожога пузырей, наполненных жидкостью, сильная боль)?

1. Полить ожоговую поверхность холодной водой, смазать спиртовой настойкой йода, накрыть стерильной салфеткой и туго забинтовать. Дать болеутоляющее средство из индивидуальной аптечки.

2. Вскрыть пузыри, очистить ожоговую поверхность от остатков одежды, накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), приложить холод, поить пострадавшего водой.

3. Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, рану накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), приложить холод, дать болеутоляющее средство из индивидуальной аптечки (при

отсутствии аллергии на него) и поить пострадавшего водой.

Ответы: 1-2; 2-3; 3-2; 4-2; 5-2; 6-1; 7-3; 8-2; 9-2; 10-2; 11-3; 12-2; 13-3; 14-3; 15-1; 16-3; 17-2; 18-2; 19-3.