

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**г. Мурманска "Гимназия № 1"**

Рассмотрено на МО учителей естественно-научного цикла Руководитель МО 	Согласовано НМС МБОУ г. Мурманска «Гимназия № 1» Руководитель НМС 	Утверждаю Директор МБОУ г. Мурманска «Гимназия № 1»  
Тарасова О.И. Протокол № 3 от 25.05.2023	Красавина М.В. Протокол № 3 от 25.05.2023	Чистякова М.А. Приказ № 480 от 01.09.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

среднего общего образования

курса внеурочной деятельности «Волонтёры-медики»

для обучающихся 10 – 11 классов

**г. Мурманск, 2023**

## **Пояснительная записка.**

Вовлечение молодёжи в добровольческую (волонтерскую) деятельность – одно из приоритетных направлений современной государственной молодежной политики. Волонтерская деятельность – это безвозмездная, добровольная деятельность, которая ориентирована на предоставление социально значимых услуг. Становление демократического правового государства невозможно без развития гражданского общества, в котором граждане добровольно участвуют в общественной жизни страны. Решение широкого круга социальных проблем зависит от степени вовлеченности граждан в общественно-полезную деятельность на добровольных началах, т.е. в добровольческую деятельность. Их решение также зависит от социально ориентированного поведения молодых людей и уровня их гражданской активности. Сегодня в России, благодаря совместным усилиям общества и государства, сформированы основы государственной политики, направленной на содействие, развитие и поддержку добровольчества. В Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года, утверждённой распоряжением Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 г. № 1662-р, говорится о содействии добровольческой деятельности (волонтерству). А Федеральным законом от 5 февраля 2018 г. N 15-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации по вопросам добровольчества (волонтерства)», вступившим в силу с 1 мая 2018 года, добровольчество отнесено к приоритетным направлениям социальной и молодежной политики. В последнее время наблюдается новая тенденция – возрастает потребность граждан не только в получении от государства услуг и помощи, но и посвящении части своего личного времени, сил, знаний, талантов другим людям и обществу посредством добровольчества. Добровольчество как деятельность способна внести существенный вклад в процесс формирования здорового образа жизни, патриотического воспитания подростков и молодёжи, укрепления сотрудничества между различными секторами общества. Посредством 3 добровольческой деятельности граждане, осознавая личную ответственность за будущее страны, за будущее поколений, вносят вклад в решение социально значимых проблем, создавая огромный и бесценный ресурс – социальный капитал. Через приобретение и накопление опыта участия в добровольческой деятельности, особенно молодёжью, формируются активная жизненная позиция, формируются духовно-нравственные ценности. В сочетании общественных и личных 4 интересов происходит осознание себя и своего места в обществе, формируется гражданское самосознание и гражданская инициатива.

Программа «Волонтеры-медики» является организационно-учебной, образовательной площадкой подготовки добровольцев (волонтеров) из числа социально ориентированной молодежи. Программа направлена на популяризацию укрепления здоровья, посредством установки на ценность здоровья, приобретение знаний о здоровом образе жизни, овладение способами, охраняющими здоровье учащихся, умения применять формы сохранения здоровья к особенностям своего организма, оказывать первую медицинскую помощь. Программа содействует развитию здоровьесберегающих компетенций.

В предлагаемой программе учащиеся познакомятся с основными медицинскими терминами, научатся высказывать суждения с использованием медицинских терминов и понятий, формулировать вопросы и ответы в ходе выполнения задания, доказательства верности или неверности выполненного действия, обосновывают этапы решения учебной задачи. Учащиеся познакомятся с волонтерской деятельностью в сфере здравоохранения. Научатся работать с информацией и сформируют навыки общественной деятельности.

Цель реализации программы: формирование ценностей здоровья через развитие волонтерского движения в образовательном учреждении. Достижение поставленной цели предусматривает решение следующих основных задач: 4

- образовательных: - способствовать усвоению навыков организации здорового образа жизни у подрастающего поколения; - способствовать популяризации знаний о преимуществе здорового образа жизни среди учащихся; - овладеть знаниями, умениями, навыками оказания первой медицинской помощи.

- развивающих: - создать условия, позволяющие членам объединения оказывать позитивное влияние на сверстников личным примером; - развивать волонтерское движение как новую форму занятости детей, способствующую профилактики вредных привычек, формированию здорового образа жизни.

- воспитательных: - воспитывать интерес к волонтерской деятельности в сфере здравоохранения; - учить организации индивидуальной и коллективной деятельности. - формировать сплоченный детский коллектив волонтеров.

Программа имеет естественнонаучную направленность, является программой дополнительного образования с практической ориентацией. Нормативно-правовое обеспечение программы Дополнительная общеобразовательная программа создана на основании современных нормативно-правовых документов, регламентирующих деятельность педагогов дополнительного образования детей:

1. Конституция Российской Федерации (с изм. и доп.).

2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. N273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп. от 29.07.2017).
3. Закон Российской Федерации от 09.10.1992 г. №3612-1 «Основы законодательства Российской Федерации о культуре» (ред. от 29.07.2017).
4. Федеральный закон от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (ред. от 28.12.2016).
5. Федеральный закон от 24.06.1999 N120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" (ред. от 07.06.2017).
6. Федеральный закон от 04.12.2007 N329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (ред. от 26.07.2017).
7. Указ Президента РФ от 09.10.2007 №1351 «Об утверждении Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года» (в ред. Указа Президента РФ от 01.07.2014 N 483).
8. Указ Президента РФ от 7 мая 2012 №599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».
9. Постановление Правительства РФ от 15.04.2014 N 295 "Об утверждении государственной программы Российской Федерации "Развитие образования" на 2013 - 2020 годы" (ред. от 31.03.2017).
10. Приказ Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. N1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
11. Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 N 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».
12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"".
13. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 22 марта 2017 г. № 520-р «Концепция развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2020 года».
14. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N06-1844 "О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей".
15. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 N09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)").

16. Письмо Минобрнауки РФ от 29 марта 2016г. №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций».

Программа реализуется 1 год, в количестве 34 часов по этапам:

1 – й этап стартовый (сентябрь – май): организация волонтерского движения;

2 – й этап активный (ноябрь – апрель): освоение теоретического и практического материала;

3 – й этап (май): диагностика усвоенных знаний, умений, навыков.

Новизна программы заключается в апробации новых форм организации занятости учащихся. Участниками волонтерского движения являются учащиеся 10 и 11 классов, планирующие поступление в медицинские вузы страны. Особенностью программы является её практико - ориентированный характер. Формы и методы работы: лекции, беседы, круглые столы, радио-выпуски, викторины, акции, флешмобы, тренинги, марафоны, видео-лекторий, выставки, спектакль, игры, презентации, конференции.

Программа составлена с учётом психолого-педагогических особенностей развития школьников. Возраст 15-18 лет – то переходный период от подросткового к раннему юношескому, и один из самых сложных периодов в жизни ребёнка. Ведущие потребности ребёнка этого возраста – это интеграция подростковых потребностей в проявлении взрослости и в общении со сверстниками потребностями, присущими ранней юности: в самопознании и самоопределении. Это порождает у подростка стремление к самоутверждению, самовыражению и самовоспитанию. В ходе реализации данной программы подростки получают возможность осознать, оценить свои личные качества, удовлетворить свойственное им стремление к самосовершенствованию, а дети раннего юношеского возраста – решить проблемы профессионального самоопределения: выбор будущей профессии.

### **Содержание программы**

**Основы волонтерства.** Цели, задачи отряда «Волонтеры-медики». Организационные вопросы (структура отряда, положение, обязанности). Оформление информационного стенда волонтеров-медиков.

**Оснащение санитарного поста** Аптечка санитарного поста, ее содержание и назначение. Комплектование санитарной сумки.

**Виды травм** Травма. Виды травм. Цели, порядок и время оказания первой медицинской помощи. Средства оказания первой медицинской помощи. Асептика и антисептика. Виды перевязочного материала. Повязка и перевязка. Виды повязок. Правила наложения повязок. Раны, их виды и признаки. Осложнения при ранениях. Травматический шок. Кровотечения, виды, признаки, способы остановки. Переломы, признаки. Правила

наложения шин. Открытый и закрытый перелом. Ранение мягких тканей. Ушибы и ссадины. Ожоги.

**Личная и общественная гигиена.** 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. Личная гигиена во время лыжных соревнований. Понятие об инфекционных болезнях. Воздушно-капельные инфекции.

#### **Лекарственные растения.**

Лекарственные растения нашей местности. Подорожник и его лечебные свойства. Черемуха. Пижма. Мать-и-мачеха. Сосна. Брусника. Зверобой. Калина. Береза. Пустырник. Валериана. Земляника. Крапива. Ландыш. Малина. Одуванчик. Черника. Черная смородина. Шиповник. Чистотел. Рябина. Липа. Календула. Ромашка. Съедобные и ядовитые грибы. Правила сбора, сушки и хранения лекарственного сырья. Правила личной гигиены при сборе лекарственных трав. Сроки заготовки лекарственных растений. Культивируемые лекарственные растения. Понятие о "Красной книге".

#### **Аптечка, оказание первой помощи.**

Содержание и назначение отдельных компонентов аптечки санитарного поста. Комплектование аптечки. Оказание первой медицинской помощи. Признаки различных повреждений. Правильное применение кровоостанавливающего жгута, шины. Алгоритм оказания первой помощи.

Ожидаемые результаты освоения программы:

- Умение ориентироваться в медицинских терминах.
- Применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни.
- Оказание простейших видов первой медицинской помощи.
- Расширение представлений о здоровом образе жизни, овладение простейшими приемами самоконтроля своего физического состояния.
- Овладение способами волонтерской деятельности.

Программа рассчитана на 34 часа в год. Периодичность занятий - 1 раз в неделю по 1 часу. Количество обучающихся в учебной группе на занятиях не должно превышать 15 человек.

### Учебно-тематический план (34 ч.)

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
	<b>Тема 1. Основы волонтерства.</b>	<b>2</b>
1	Инструктаж по технике безопасности. Цели, задачи отряда «Волонтеры медики».	<b>1</b>
2	Организационные вопросы (структура отряда, положение, обязанности). Оформление информационного стенда волонтеров медиков	<b>1</b>
	<b>Тема 2. Оснащение санитарного поста</b>	<b>8</b>
3	Аптечка санитарного поста, ее содержание и назначение.	<b>1</b>
4	Комплектование санитарной сумки.	<b>1</b>
	<b>Тема 3. Виды травм</b>	<b>1</b>
5	Травма. Виды травм.	<b>1</b>
6	Цели, порядок и время оказания первой медицинской помощи.	<b>1</b>
7	Средства оказания первой медицинской помощи. Асептика и антисептика. Виды перевязочного материала	<b>1</b>
8	Повязка и перевязка. Виды повязок. Правила наложения повязок	<b>1</b>
9	Раны, их виды и признаки. Осложнения при ранениях.	<b>1</b>
10	Травматический шок.	<b>1</b>
11	Кровотечения, виды, признаки, способы остановки.	<b>1</b>
12	Переломы, признаки. Правила наложения шин.	<b>1</b>
13	Открытый и закрытый перелом.	<b>1</b>
14	Ранение мягких тканей. Ушибы и ссадины.	<b>1</b>
15	Ожоги.	<b>1</b>
	<b>Тема 4. Личная и общественная гигиена</b>	
16	Гигиена, основные понятия.	<b>1</b>
17	Занятия физической культурой и спортом. Закаливание. Гигиена зубов.	<b>1</b>
18	Вредные привычки и их влияние на организм.	<b>1</b>
19	Режим дня	<b>1</b>
20	Гигиена одежды и обуви	<b>1</b>
21	Сбалансированное питание. Витамины.	<b>1</b>
22	Иммунитет.	<b>1</b>

23	Понятие об инфекционных болезнях. Воздушно-капельные инфекции.	<b>1</b>
<b>Тема 5. Лекарственные растения</b>		
24	Лекарственные растения нашей местности.	<b>1</b>
25	Подорожник и его лечебные свойства. Черемуха. Пижма. Мать-и-мачеха. Сосна. Брусника. Зверобой. Калина. Береза. Пустырник. Валериана. Земляника. Крапива. Ландыш. Малина. Одуванчик. Черника. Черная смородина. Шиповник. Чистотел. Рябина. Липа. Календула. Ромашка.	<b>1</b>
26	Съедобные и ядовитые грибы	<b>1</b>
27	Правила сбора, сушки и хранения лекарственного сырья. Правила личной гигиены при сборе лекарственных трав. Сроки заготовки лекарственных растений.	
28	Культивируемые лекарственные растения. Понятие о "Красной книге".	<b>1</b>
<b>Тема 6. Аптечка, оказание первой помощи:</b>		
29	Содержание и назначение отдельных компонентов аптечки санитарного поста. Комплектование аптечки.	<b>1</b>
30-32	Оказание первой медицинской помощи.	<b>2</b>
33	Алгоритм оказания первой помощи.	<b>1</b>
34	Признаки различных повреждений.	<b>1</b>
35-36	Правильное применение кровоостанавливающего жгута, шины.	<b>2</b>
37-38	Подведение итогов	

#### Учебно-методическое обеспечение программы:

Оборудование, необходимое для реализации программы:

1. Мультимедийное оборудование (компьютер, проектор, экран).
2. Классное помещение. 3. Стулья и парты по числу учащихся.
4. Доска или стенд для крепления наглядного материала. 5. Учебный медицинский инвентарь.
5. Учебно-наглядные пособия:
  - Справочники.
  - Электронные учебники и электронные учебные пособия.
  - Методическая литература.
  - Электронные учебно-наглядные пособия, в т.ч. компьютерные презентации, идеоролики.



## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Формирование здорового образа жизни Российских подростков: Учеб. - метод. Пособие// Под ред. Л.В. Баль, СВ. Барканова. - М: Гуманит. - изд. Центр ВЛАДОС, 2002.
2. Вайнер Э.Н. «Возможности воспитания культуры здоровья в общеобразовательной школе». «Здоровье детей», 2006. - №13
3. Дрыганов И.Д. Вич не передается через дружбу. Оставайтесь людьми. М.: Фоку-Медиа, 2008.
4. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. М.: ВАКО, 2007. / Мастерская учителя.
5. Иванушкина Л. «Культура здоровья». «Здоровье детей», 2006. - №1.
6. Ковалько В.И. «Здоровьесберегающие технологии в школе. М.: «ВАКО», 2008.
7. Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий. // Начальная школа- 2005. №11. – с. 75-78.
8. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
9. Федорова М.З., Кумченко В.С., Лукина Т.П. Экология человека. Культура здоровья. - М.; Вента- Граф, 2003.
10. Шорыгин Т.А. «Беседы о здоровье». Методическое пособие. Творческий центр «Сфера», Москва, 2004.
11. <http://www.rusedu.ru/detail>