

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр детского творчества и методического обеспечения»

Принята на педагогическом совете
Протокол № 3 от 02.05.2024



Утверждена
Приказ № 50 от 02.05.2024

Естественнонаучная направленность
Дополнительная
общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Оказание первой помощи»

Возраст обучающихся: 13-17 лет
Срок реализации: 6 месяцев (48 часов)
Уровень обучения – базовый.

Составитель:
педагог дополнительного образования
Алексахина Анастасия Мирзоевна

Череповец
2024

Содержание

Информационная карта программы	3
1. Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.....	5
1.1. Пояснительная записка.....	5
1.2. Цель, задачи программы.....	9
1.3. Учебный план, содержание программы	9
1.4. Планируемый результат.....	16
2. Раздел 2. Комплекс организационно- педагогических условий.....	18
2.1. Календарный учебный график	18
2.2. Условия реализации программы.....	24
2.3. Формы аттестации и система оценки результатов обучения по программе.....	24
2.4. Оценочные материалы.....	30
2.5. Методические материалы.....	30
2.6. Воспитательный компонент.....	33
2.7. Информационные ресурсы и литература.....	36
2.8. Приложения.....	37

Информационная карта программы

Таблица 1

Название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Оказание первой помощи»
Учреждение, реализующее программу	Муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества и методического обеспечения», г. Череповец
Разработчик программы	Алексахина Анастасия Мирзоевна, педагог дополнительного образования
Аннотация	<p>Умение оказать первую помощь пострадавшему - элементарный, но очень важный навык, который в прямом смысле слова может спасти чью-то жизнь. Следует помнить, что во время оказания первой помощи пострадавшему определяющим фактором является наличие у «спасателя» знаний в области безопасности жизнедеятельности и умение правильно их применять в экстренной ситуации при ограниченном запасе времени.</p> <p>Программа предполагает отработку практических навыков здорового образа жизни и безопасности с помощью различных активных методов обучения: решение кейсов, практических ситуаций, практических работ с использованием «Цифровой лаборатории по физиологии», тренингов, интеллектуальных игр, разыгрывание ситуаций с отработкой навыков оказания первой помощи (Театр травмы).</p> <p>Сочетание в программе раздела по основам здорового образа жизни и основам оказания первой помощи помогает обучающимся получить теоретические знания об организме человека, принципах сохранения здоровья и приобрести практические умения и навыки оказания первой помощи.</p>
Цель программы	формирование у обучающихся ценностей здорового образа жизни и правильных представлений о здоровье и функциях человеческого организма, приобретение навыков распознавания неотложных состояний и умений оказывать первую помощь.
Тип программы по функциональному	Общеразвивающая

назначению	
Направленность программы	Естественнонаучная
Вид деятельности	Оказание первой помощи
Форма обучения по программе	Очная
Вид программы по уровню освоения содержания	Базовый
Охват детей по возрастам	Возраст детей 13 -17 лет
Срок реализации	6 месяцев
Вид программы по степени авторства	Модифицированная
Реализация программы в учреждении	Реализуется в учреждении с 2021 года

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1 Пояснительная записка

Программа составлена на основе следующих нормативных документов и методических рекомендаций:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации"
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 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 «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 г»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ № от 28 сентября 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»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Устав муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества и методического обеспечения»;
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества и методического обеспечения»;
- Положение об условиях приема на обучение в муниципальное автономное образовательное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества и методического обеспечения»;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества и методического обеспечения»;
- Положение о порядке реализации права учащихся на обучение по индивидуальному учебному плану, в том числе ускоренное обучение, в пределах осваиваемой дополнительной

общеразвивающей программы муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества и методического обеспечения»

Согласно ст. 31 Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации": Первая помощь до оказания медицинской помощи оказывается гражданам при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью, лицами, обязанными оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальными правилами и имеющими соответствующую подготовку, в том числе сотрудниками органов внутренних дел Российской Федерации, сотрудниками, военнослужащими и работниками Государственной противопожарной службы, спасателями аварийно-спасательных формирований и аварийно-спасательных служб, а также самим пострадавшим (самопомощь) или находящимися вблизи лицами (взаимопомощь) (ч.1 ст.31). Водители транспортных средств и другие лица вправе оказывать первую помощь при наличии соответствующей подготовки и (или) навыков (ч. 4 ст. 31).

Федеральный закон № 323 разъясняет принципиальное отличие первой помощи, которую могут оказывать люди, имеющие такой навык, от первой медицинской помощи, в том числе первичной медико-санитарной помощи, первичной доврачебной медико-санитарной помощи, которая оказывается медицинскими организациями. (ст.32, ст.33 № 323 – ФЗ).

Умение оказать первую помощь пострадавшему - элементарный, но очень важный навык, который в экстренной ситуации может спасти человеческую жизнь. Базовые умения по оказанию первой помощи пострадавшим жизненно необходимы, ведь каждый человек за свою жизнь неоднократно нуждается в оказании первой помощи и сам ее оказывает. Следует помнить, что во время оказания первой помощи пострадавшему определяющим фактором является наличие у «спасателя» знаний в области безопасности жизнедеятельности и умение правильно их применять в экстренной ситуации при ограниченном запасе времени.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Оказание первой помощи» не призвана дублировать содержание школьной программы «Основы безопасности и защита Родины», а будет служить для отработки практических навыков здорового образа жизни и безопасности с помощью различных активных методов обучения: решение кейсов, практических ситуаций, практических работ с использованием «Цифровой лаборатории по физиологии», тренингов, интеллектуальных игр, разыгрывание ситуаций с отработкой навыков оказания первой помощи (Театр травмы).

Направленность: естественнонаучная.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **«Оказание первой помощи»** (далее Программа) относится к **естественнонаучной направленности**, так как предполагает формирование у детей научной картины мира и удовлетворение познавательных интересов учащихся в области естественных наук: анатомии и физиологии человека, а так же представление об охране здоровья человека как важнейшей ценности.

Актуальность. Актуальность программы связана с формированием навыков быстрого и адекватного реагирования в чрезвычайных и опасных ситуациях, а также необходимостью формирования здорового образа жизни у детей и подростков, естественной потребности в соблюдении санитарно-гигиенических норм повседневной жизни.

При изучении курса активно используются знания, полученные при изучении других дисциплин: ОБЖ, природоведения, физической культуры, биологии, анатомии. С необходимостью помочь человеку при внезапном травмировании или возникновении заболевания в наше время приходится сталкиваться достаточно часто: это дорожно-транспортные происшествия, в которых риск получить травму испытывают все участники процесса (водители, пассажиры, пешеходы), агрессивные настроенные группы граждан, техногенные аварии и катастрофы (утечка аварийно-химически опасных веществ, обрушения зданий и конструкций, сосулек), террористические акты (взрывы), пожары. В природной среде при проведении досуга также существует множество травмирующих факторов и травмоопасных действий: травмы на воде, солнечные и тепловые удары, контакт с ядовитыми и опасными животными и растениями, получение травм при катании на качелях, детских горках.

Отличительные особенности программы.

Программа состоит из 2-х содержательных блоков: «Основы здорового образа жизни» и «Основы оказания первой помощи». Обучающиеся получают знания о работе систем и органов человеческого организма, принципах сохранения здоровья и профилактики заболеваний, приобретут практические умения и навыки оказания первой помощи, при необходимости смогут оказывать неотложную помощь правильно и уверенно. В ходе реализации программы происходит чередование тем из 1 и 2 блока, применяются активные практические методы и приемы обучения.

Адресат программы.

Возраст обучающихся 13-17 лет.

Возрастной период характеризуется формированием собственных взглядов у подростков, осваиваются новые нормы поведения и отношений с людьми, стремление к взрослости.

Универсальным проявлением «внешней зрелости» являются эксперименты с употреблением алкоголя и наркотиков и другие вредные привычки и зависимости. Поэтому именно в этом возрасте следует продолжать формировать устойчивые навыки здорового образа жизни и безопасного поведения, а так же умение помочь ближнему, оказать ему первую помощь.

Программа рассчитана на разновозрастную целевую аудиторию. Обучающиеся приобретут знания о здоровом образе жизни, умения и навыки по оказанию первой помощи при травмах различного характера, полученных как в чрезвычайных ситуациях, так и в быту, по основам гигиены.

В программе заложены воспитательные и развивающие цели и задачи, направленные на формирование социально-активной личности. Особое внимание уделено привитию ценностей здорового образа жизни, формированию умения сострадать, быть милосердным.

Объем программы- 48 часов.

Форма обучения: очная.

Занятия могут быть организованы группами, мини-группами, индивидуально. Наряду с учебными занятиями на базе учреждения возможны как онлайн, так и офлайн трансляция: применение видео-занятий, презентаций.

Срок освоения программы- 6 месяцев.

Срок обучения с 1 сентября 2024 года по 28 февраля 2025 года

Уровень обучения – базовый.

Язык обучения – русский.

Режим занятий: 1 раз в неделю по 2 часа.

По завершению полного курса обучения по программе выдается свидетельство об обучении.

Количество обучающихся в группе – 15-20 человек.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: формирование у обучающихся ценностей здорового образа жизни и правильных представлений о здоровье и функциях человеческого организма, приобретение навыков распознавания неотложных состояний и умений оказывать первую помощь.

Задачи:

Образовательные:

- изучить основные понятия, термины и определения биологии человека, способствовать формированию системы доступных по возрасту знаний о здоровом образе жизни;
- научить делать измерения артериального давления, пульса, температуры, дыхания;
- обучить навыкам оказания первой помощи при ранениях различной степени тяжести, иммобилизации и транспортировки пострадавших;
- формировать алгоритм оптимальных действий в опасной и чрезвычайной ситуации различного характера.

Развивающие:

- развивать операции словесно-логического мышления;
- развивать умение в постановке цели своей деятельности;
- формировать коммуникативные умения эффективного общения: слушать и слышать друг друга, учитывать мнение окружающих

Воспитательные:

- воспитывать осознанное отношение к здоровью;
- воспитывать нравственные качества: милосердие, сострадание, соучастие;
- воспитывать чувство ответственности за свои поступки, за жизнь и здоровье.

1.3. Учебный план, содержание программы**Учебный план**

№	Название разделов, тем	Часы	Теория	Практика	Форма аттестации (контроля)
1	Вводное занятие	2	1	1	
Блок «Основы здорового образа жизни»					
2	Фундамент долгой жизни	2	1	1	опрос
3	Физическая активность – как способ улучшения физиологических показателей здоровья	2	1	1	опрос
4	Дыхательная система человека	4	2	2	практическое задание
5	Сердечная деятельность	4	2	2	опрос
6	Патология питания, как фактор риска хронических	4	2	2	тестирование

	заболеваний				
7	Домашняя аптечка	2	1	1	опрос
Блок «Основы оказания первой помощи»					
15.	Введение в курс первой помощи	6	2	4	опрос
16	Театр травмы	10	3	7	практическое задание
17	Неотложные состояния человека и оказание первой помощи при них.	10	2	8	практическое задание
19	Итоговое занятие	2	-	2	тестирование
	Итого за год	48	17	31	

Содержание учебного плана

1. Вводное занятие (2 ч)

Теория: Инструктаж по ТБ. Виды медицинской помощи. Основные показатели здоровья и их варианты нормы.

Практика: Игра на сплочение коллектива «Быстрые свидания», «Приветствия».

2. Фундамент долгой жизни (2 ч).

Форма контроля: опрос.

Теория: Секреты долголетия. Последствия вредных привычек для организма человека.

Практика: Создание дневника здоровья.

3. Физическая активность как способ улучшения физиологических показателей здоровья. (2 ч).

Форма контроля: опрос.

Теория: Влияние физической активности на физиологические показатели человека. Статическая и динамическая работа мышц. Активный отдых. Профилактика нарушений опорно-двигательного аппарата.

Практика: Практические работы с использованием «Цифровой лаборатории по физиологии» («Мышечное утомление при статической нагрузке, регистрация тремора с помощью акселерометра», «Мышечное утомление при динамической нагрузке», «Исследование движений при ходьбе»).

4. Дыхательная система человека (2 ч).

Форма контроля: практическое задание.

Теория: Органы дыхания человека. Газообмен. Частота дыхания. Жизненная емкость легких.

Практика: Оценка функционального состояния системы дыхания. Практические работы по

теме «Дыхательная система» («Возвратное дыхание. Определение легочных объемов», «Пробы с задержкой дыхания», «Влияние физической нагрузки на содержание углекислоты в выдыхаемом воздухе», «Определение объемов легких и их зависимости от антропометрических показателей и позы», «Влияние физической нагрузки на потребление кислорода» и др.) с использованием «Цифровой лаборатории по физиологии». Самодиагностика дыхания. Практическая работа «Звуковой тест - мычание», «Задержка дыхания на вдохе (проба Штанге)». «Задержка дыхания на выдохе (проба Генчи)», проба «Толерантность дыхания».

5. Сердечная деятельность (4 ч).

Форма контроля: опрос.

Теория: Физиологические показатели здорового сердца. Кровообращение. Частота сердечных сокращений. Пульс. Давление крови. Гипертония, гипотония.

Практика: Практические работы с использованием «Цифровой лаборатории по физиологии» («Вариабельность ритма сердца. Дыхательная аритмия», «Определение артериального давления», «Изменение частоты пульса и АД при физической нагрузке и в восстановительном периоде»). Упражнения на кардионагрузку.

6. Патология питания как фактор риска хронических заболеваний (4 ч).

Форма контроля: тестирование.

Теория: Типы питания и их значение в развитии хронических заболеваний. Обмен веществ в разном возрасте. Расстройства пищевого поведения (анорексия, булимия, психогенное переедание). Пищевая аллергия.

Практика: Практическая работа «Гигиена питания», оценка влияния разных факторов на пищеварительную систему с использованием «Цифровой лаборатории по физиологии». Тест «Что вы знаете о витаминах». Определение обеспеченности организма витаминами и микроэлементами. Составление суточного рациона для разных возрастных групп.

7. Домашняя аптечка (2 ч).

Форма контроля: опрос.

Теория: Разбор препаратов в домашней аптечке. Какие препараты должны быть в каждой домашней аптечке. Дешевые отечественные аналоги на дорогие препараты.

Практика: Составление руководства эффективной домашней аптечки.

8. Введение в курс первой помощи (6 ч).

Форма контроля: опрос.

Теория: Общее понятие первой помощи. Юридическая сторона оказания первой помощи. Основная цель оказания первой помощи людьми без медицинского образования. Телефоны служб спасения и краткая структура их работы. Основные понятия. Виды повязок. Повязки

удерживающие, давящие, асептические, лекарственные. Разновидности повязок на различные части тела и случаи их применения. Десмургия, техника наложения повязок.

Практика: Разбор кейсовых ситуаций с применением повязок, различных типов сложности.

9. Театр травмы (10 ч).

Форма контроля: практическое задание.

Травмы легкой степени тяжести (2 ч)

Теория: Классификация травм. Основные причины их возникновения. Основная цель оказания первой помощи при ушибах, вывихах и растяжениях.

Практика: Работа в микрогруппах. Моделирование ситуации травмирования пострадавшего и ее решение при помощи полученных знаний.

Травмы с нарушением целостности кожного покрова (2 ч)

Теория: Патогенез травм с нарушением целостности кожного покрова. Основные риски. Осложнения кровотечений и основные ошибки при остановке кровотечений. Основы оказания первой помощи.

Практика: Работа в микрогруппах. Моделирование ситуации с пострадавшим, получившим травму с нарушением целостности кожного покрова и ее решение при помощи полученных знаний с использованием реквизита.

Травмы средней и тяжелой степени тяжести (4 ч)

Теория: Полное или частичное нарушение целостности кости. Относительные и абсолютные признаки таких видов травм. Тяжелые травмы с повреждениями ствола головного мозга и отделов позвоночника. Недопустимые действия при оказании первой помощи с данным типом травм. Основы транспортировки пострадавшего.

Практика: Работа в микрогруппах. Моделирование ситуации падения пострадавшего с высоты и ее решение при помощи полученных знаний. Отработка навыка правильной транспортировки пострадавшего.

Термические травмы (2 ч)

Теория: Этиология и патогенез ожогов и обморожений. Определения степени тяжести ожогов и обморожения. Главные ошибки оказания первой помощи при ожогах. Ожоги верхних дыхательных путей. Виды травм глаза.

Практика: Практическая работа «Зависимость кровоснабжения от температуры окружающей среды» с использованием «Цифровой лаборатории по физиологии». Решение кейсов на тему «Ожоги и обморожения». Наложение асептической повязки. Техника наложения бинокулярной и монокулярной повязки.

10. Неотложные состояния человека и оказание первой помощи при них (10 ч).

Форма контроля: практическое задание.

Синкопальное состояние, потеря сознания, эпилептический припадок (2 ч)

Теория: Основные признаки потери сознания. Различия потери сознания и остановки кровообращения. Первая помощь при обнаружении пострадавших без сознания. Судорожный синдром. Эпилептический припадок, его особенности. Главные мифы и ошибки оказания первой помощи при эпилептическом припадке.

Практика: Практическая работа «Испытание устойчивости позы» с использованием «Цифровой лаборатории по физиологии». Отработка навыка оказания первой помощи при обмороке и эпилептическом припадке. Решение ситуационных задач и разработка тактики действий при данных состояниях у пострадавших.

Инттоксикация организма различной этиологии. Поражение органов и мягких тканей электрическим током (2 ч)

Теория: Основные признаки интоксикации организма. Самые распространённые токсичные вещества. Главная опасность при интоксикации организма. Оказание первой помощи при травмах с поражением электрическим током, основные аспекты.

Практика: Работа в микрогруппах. Решение кейсовых ситуаций на тему «Инттоксикация организма». Моделирование ситуации травм с поражением электрическим током и ее решение при помощи полученных знаний.

Терминальные состояния. Действия на каждом этапе (2 ч)

Теория: Основные признаки жизнедеятельности организма. Основные причины остановки сердца у человека. Помощь на каждом этапе терминального состояния. Клиническая смерть, ее продолжительность. Признаки биологической смерти. Основные ошибки при СЛР. Алгоритм выполнения СЛР.

Практика: Работа в микрогруппах. Моделирование ситуаций с остановкой кровообращения у пострадавших и их решение при помощи полученных знаний. Техника проведения СЛР. Отработка алгоритма с использованием тренажера-манекена. Определение признаков жизнедеятельности организма на практике.

Инородные тела верхних дыхательных путей (2 ч)

Теория: Асфиксия. Причины и механизм возникновения. Защитная реакция организма на попадания инородных тел в дыхательные пути.

Практика: Моделирование ситуаций с частичной или полной асфиксией у пострадавших и их решение при помощи полученных знаний. Использование: приема Геймлиха, Буратино и других.

Состояния, угрожающие жизни (2 ч)

Теория: Самые распространённые экстренные состояния, требующие оказания первой помощи и вызова скорой медицинской помощи. Их классификация и разновидности. Основные признаки их экстренной диагностики. Важность контроля артериального давления и частоты пульса для предупреждения экстренных состояний.

Практика: Измерение артериального давления и частоты пульса с помощью тонометра. Практическая работа «Регистрация ЭКГ» с использованием «Цифровой лаборатории по физиологии». Оказание первой помощи при инфарктах, инсультах, аритмиях.

11. Итоговое занятие (2 ч).

Форма контроля: тестирование.

Подведение итогов за год. Теоретическая и практическая проверка знаний учащихся. Проведение викторины в формате «Своя игра» для учащихся объединения. Тестирование.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

По окончании обучения у обучающихся должны сформироваться:

Личностные результаты:

- готовность к проявлению таких нравственных качеств, как милосердие, сострадание, соучастие;
- осознанное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, потребность соблюдать нормы здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

Познавательные УУД:

- умение работать с разными источниками информации, анализировать ее и аргументировано доказывать свою точку зрения;

Регулятивные УУД:

- умение ставить цель своей деятельности и достигать ее;

Коммуникативные УУД:

- умение эффективно выстраивать общение с окружающими людьми

Предметные результаты:

обучающиеся должны *знать*:

- основные понятия, термины и определения биологии человека;
- правила здорового образа жизни;
- алгоритм действий в различных экстремальных ситуациях

обучающиеся должны *уметь*:

- оказывать первую помощь и взаимопомощь при порезах, ожогах, отморожениях,

солнечном и тепловом ударах и т.д.;

- делать измерения артериального давления, пульса, температуры, дыхания;

- уметь действовать в соответствии с алгоритмом безопасного поведения в экстремальных ситуациях

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный учебный график

Количество недель- 24 недели

Количество часов -2 часа в неделю

№	Месяц, неделя	Форма занятия	Кол-во часов	Раздел Тема занятия	Форма аттестации (контроля)
1	1 неделя сентябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Вводное занятие. Тема: Виды медицинской помощи. Основные показатели здоровья и их варианты нормы. Инструктаж по ТБ.	
2	2 неделя сентябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Введение в курс первой помощи Тема: Общее понятие первой помощи. Юридическая сторона оказания первой помощи.	
3	3 неделя сентябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Фундамент долгой жизни. Тема: Секреты долголетия. Последствия вредных привычек для организма человека.	опрос
4	4 неделя сентябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Введение в курс первой помощи Тема: Виды повязок. Повязки на различные части тела.	Практическое задание
5	1 неделя октябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Физическая активность как способ улучшения физиологических показателей здоровья Тема: Влияние физической активности на физиологические показатели человека Статическая и динамическая работы мышц.	опрос

6	2 неделя октябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Введение в курс первой помощи Тема: Разбор кейсовых ситуаций с применением повязок.	
7	3 неделя октябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Дыхательная система человека. Тема: Органы дыхания человека. Газообмен. Частота дыхания.	практическое задание
8	4 неделя октябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Неотложные состояния человека и оказание первой помощи при них. Тема: Основные признаки жизнедеятельности организма. Основные причины остановки сердца у человека. Клиническая смерть. Отработка алгоритма с использованием тренажера-манекена.	
9	1 неделя ноябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Дыхательная система человека Тема: Жизненная емкость легких. Оценка функционального состояния системы дыхания. Практические работы.	
10	2 неделя ноябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Театр травмы. Тема: Травмы с нарушением целостности кожного покрова. Патогенез. Основные риски. Основы оказания первой помощи. Работа в микрогруппах	
11	3 неделя ноябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Сердечная деятельность. Тема: Физиологические показатели здорового сердца. Кровообращение. Упражнения на кардионагрузку.	опрос
12	4 неделя ноябрь	Групповое занятие	2	Раздел: Театр травмы. Тема: Травмы средней степени. Полное или частичное нарушение целостности кости. Относительные и абсолютные признаки таких видов травм. Работа в микрогруппах.	
13	5 неделя ноябрь-	Групповое занятие	2	Раздел: Сердечная деятельность Тема: Частота сердечных сокращений. Пульс. Давление крови. Гипертония, гипотония.	

	декабрь			Практические работы..	
14	1 неделя декабрь	Групповое занятие	2	Раздел: Театр травмы. Тема: Тяжелые травмы с повреждениями ствола головного мозга и отделов позвоночника. Основы транспортировки. Работа в микрогруппах.	
15	2 неделя декабрь	Групповое занятие	2	Раздел: Патология питания как фактор риска хронических заболеваний Тема: Типы питания и их значение в развитии хронических заболеваний.	опрос
16	3 неделя декабрь	Групповое занятие	2	Раздел: Театр травмы. Тема: Термические травмы. Этиология и патогенез ожогов и обморожений. Ожоги ВДП.	практическое задание
17	4 неделя декабрь	Групповое занятие	2	Раздел: Патология питания как фактор риска хронических заболеваний Тема: Обмен веществ в разном возрасте. Расстройство пищевого поведения. Пищевая аллергия.	
18	2 неделя январь	Групповое занятие	2	Раздел: Театр травмы. Тема: Виды травм глаз. Практическая работа в микрогруппах.	
19	3 неделя январь	Групповое занятие	2	Раздел: Домашняя аптечка. Тема: Разбор препаратов в домашней аптечке. Составление руководства эффективной домашней аптечки.	тестирование
20	4 неделя январь	Групповое занятие	2	Раздел: Неотложные состояния человека и оказание первой помощи при них Тема: Интоксикация организма различной этиологии. Поражение органов и мягких тканей электрическим током. Работа в микрогруппах.	

21	1 неделя февраль	Групповое занятие	2	Раздел: Театр травмы. Тема: Травмы легкой степени тяжести. Классификация травм. Основные причины их возникновения.	
22	2 неделя февраль	Групповое занятие	2	Раздел: Неотложные состояния человека и оказание первой помощи при них. Тема: Инородные тела ВДП. Причины и механизмы возникновения. Прием Геймлиха, Буратино и других.	практическое задание
23	3 неделя февраль	Групповое занятие	2	Раздел: Неотложные состояния человека и оказание первой помощи при них. Тема: Состояния, угрожающие жизни. Самые распространённые экстренные состояния. Основные признаки. Первая помощь при данных состояниях.	беседа
24	4 неделя февраль	Групповое занятие	2	Итоговое занятие Аттестация по итогам	Тестирование

2.2.Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение.

Для эффективности образовательного процесса необходимы:

- ноутбук – 2 шт.;
- тренажер-манекен «Максим» - 1 шт.;
- набор «Имитатор ранений и поражений» - 2 шт.;
- тонометр – 2 шт.;
- цифровая лаборатория по физиологии – 2 шт.

Структура занятий предусматривает, что в течение занятия каждый обучающийся вовлечён в работу на данном оборудовании.

Кадровое обеспечение.

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» или высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иных укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам. При необходимости после трудоустройства получение дополнительного профессионального образования педагогической направленности. Программа может реализовываться обучающимися по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности дополнительных общеобразовательных программ, успешно прошедшими промежуточную аттестацию не менее чем за два года обучения.

2.3.Формы аттестации и система оценки результатов обучения по программе

В процессе обучения осуществляется текущий контроль за уровнем знаний, умений и навыков в соответствии с пройденным материалом программы. Текущий контроль осуществляется в течение всего учебного года. Методы контроля: опрос, тестирование, практическое задание, презентация проекта. Аттестация по итогам реализации общеразвивающей программы обучающимися проводится в мае - июне по окончании полного курса обучения. Форма аттестации обучающихся по итогам реализации образовательной программы: итоговый тест.

Для оценивания результативности обучения по программе за основу взята методика Л.Н. Буйловой.

Описание методики. Результаты обучения по программе отслеживаются по трем показателям:

1. Предметные результаты обучения (теоретическая и практическая подготовка обучающегося по основным разделам учебного плана).
2. Метапредметные результаты обучения (в познавательной, организационной и коммуникативной деятельности).
3. Личностное развитие обучающегося в процессе освоения им программы.

Мониторинговая программа

Параметры	Критерии	Показатели	Метод изучения	Диагностический инструментарий
Теоретические знания	<i>знать:</i> - основные понятия, термины и определения биологии человека; - правила здорового образа жизни; - алгоритм действий в различных экстремальных ситуациях	– теоретический материал, предусмотренный программой, освоен в полном объеме. С – теоретический материал освоен более чем на $\frac{1}{2}$, сочетает специальную терминологию с бытовой. Н – теоретический материал освоил менее чем на $\frac{1}{2}$, избегает употреблять специальную терминологию, не умеет объяснить правила деятельности.	Тестирование	Тест
Практические умения	<i>уметь:</i> - оказывать первую помощь и взаимопомощь при порезах, ожогах, отморожениях, солнечном и тепловом ударах и т.д.; - делать измерения артериального давления, пульса, температуры, дыхания; - уметь действовать в соответствии с алгоритмом безопасного поведения в экстремальных ситуациях	В – овладел всеми практическими умениями, предусмотренными программой; самостоятельно выполняет изображения, анализирует конструкцию деталей машин и решения заданий не испытывая затруднений; выполняет практические задания с элементами творчества. С – овладел практическими умениями более чем $\frac{1}{2}$; при выполнении изображения, анализа конструкции деталей машин и решения заданий требуется помощь педагога; учащийся выполняет задание на основе образца. Н – овладел практическими умениями менее чем на $\frac{1}{2}$; при выполнении изображения, анализа конструкции деталей машин и решения заданий испытывает затруднения и требуется постоянная помощь педагога; учащийся способен выполнить лишь простейшие практические действия.	Анализ процесса деятельности	Алгоритм анализа процесса деятельности
22 Метапредметные умения	<i>Познавательные:</i> - умение работать с	В – умеет анализировать информацию, делать выводы; аргументировано доказывать	Педагогическое наблюдение	Протокол наблюдения

	<p>разными источниками информации, анализировать ее и аргументировано доказывать свою точку зрения;</p> <p><i>Регулятивные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умение ставить цель своей деятельности и достигать ее; <p><i>Коммуникативные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - умение эффективно выстраивать общение с окружающими людьми 	<p>свою точку зрения; проявляет самостоятельность в решении заданий и постановке цели; умеет конструктивно взаимодействовать в группе, проявляет интерес к изучаемому; грамотно выстраивать монолог и диалог;</p> <p>С – умеет анализировать информацию, иногда требуется помощь педагога; затрудняется в решении заданий и составления алгоритма выполнения задания; не всегда приводит весомые аргументы, доказывающие точку зрения; нуждается в помощи педагога при постановке цели; работает в группе, но не всегда учитывает мнение других; не всегда может грамотно изложить свою точку зрения и выстроить конструктивный диалог;</p> <p>Н – не может без помощи педагога выполнить решение заданий и составить алгоритм выполнения задания, не может самостоятельно поставить цель деятельности; не умеет конструктивно взаимодействовать в группе, нет интереса к изучаемому, не может без помощи педагога грамотно выстроить свой ответ или построить диалог</p>		
Личностные результаты	<ul style="list-style-type: none"> - готовность к проявлению таких нравственных качеств, как милосердие, сострадание, соучастие; - осознанное отношение к своему здоровью и здоровью 	<p>В – проявляет милосердие, сострадание, сочувствие, готов прийти на помощь пострадавшему; наблюдается потребность соблюдать нормы здорового образа жизни; свое здоровье и здоровье окружающих воспринимается как ценность.</p> <p>С – не во всех ситуациях проявляет</p>	Педагогическое наблюдение	Протокол наблюдений

	<p>окружающих, потребность соблюдать нормы здорового образа жизни.</p>	<p>милосердие, сострадание, сочувствие, не всегда готов прийти на помощь пострадавшему; потребность соблюдать нормы здорового образа жизни ситуативная; не всегда проявляется осознанное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих. Н – не проявляет милосердие, сострадание, сочувствие, не готов оказывать помощь; не соблюдает нормы здорового образа жизни, здоровье свое собственное и окружающих людей не воспринимается как ценность.</p>		
--	--	--	--	--

2.4.Оценочные материалы

В качестве способов определения достижения обучающихся планируемых результатов используется опрос, тестирование, практическое задание.

Перечень оценочных материалов.

Опросники:

«Основные компоненты здорового образа жизни» (приложение 1)

«Режим дня» (приложение 2)

«Здоровое дыхание» (приложение 3)

«Здоровое сердце» (приложение 4)

«Профилактика вирусных инфекций» (приложение 5)

Тесты:

«Что вы знаете о витаминах» (приложение 6)

«Безопасность в интернете» (приложение 7)

«Оказание первой помощи» (итоговый) (приложение 8)

Алгоритм анализа процесса деятельности

Протоколы наблюдений

Критерии уровней достижения планируемых результатов.

Высокий уровень – учащийся освоил практически весь объем знаний, овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой.

Средний уровень - учащийся освоил половину объема знаний и овладел половиной умений и навыков, предусмотренных программой за конкретный период.

Низкий уровень - учащийся освоил менее половины объема знаний и овладел менее половины умений и навыков, чем предусмотрено программой.

2.5.Методические материалы

Принципы обучения

1. Доступность (соответствие возрастным и индивидуальным особенностям).
2. Наглядность (иллюстративность, наличие дидактических материалов).
3. Систематичность и последовательность (научившись элементарным навыкам работы, обучающийся фантазирует (от простого к сложному), использует технические средства, применяет свои знания в выполнении сложных творческих работ).
4. Самостоятельность (готовность осуществлять деятельность без опоры на постороннюю помощь).
5. Развивающее обучение (развитие обучающегося в деятельности, в результате чего

обогащается его практический опыт).

Педагогические технологии, используемые на занятиях:

Использование современных образовательных технологий в работе с детским коллективом является эффективным способом повышения продуктивного взаимодействия между педагогом и обучающимися.

Технология	Целевые ориентации	Прогнозируемый результат использования технологий
Технология активного обучения	- активизация каждого ребенка в познавательный процесс;	- эмоциональная включенность каждого ребенка в процесс познания
Технология развития критического мышления	- формирование навыков мыслительной деятельности (планирование, прогнозирование, самооценка, саморегуляция).	- самостоятельное критическое мышление обучающихся
Технология проблемного обучения	- выявление и разрешение скрытых вопросов в проблемных ситуациях с опорой на имеющиеся знания; - развитие познавательных и творческих способностей; - активизация самостоятельной деятельности обучающихся	- прочность усвоения материала; - активная позиция ребенка (субъекта обучения), ответственность; - самостоятельный поиск информации и работа с ней; - решение проблемы психологического комфорта на занятиях.
Технология педагогической поддержки	- переход от педагогики требований к педагогике отношений; - единство обучения и воспитания; - гуманно-личностный подход к ребёнку; - формирование положительной «Я	- раскрытие возможностей создание ситуации успеха для каждого ребёнка; - уверенность в своих силах; - право ребёнка на выбор, право на ошибку, право на

	– концепции»	<p>собственную точку зрения;</p> <p>- установление субъект – субъектных отношений между педагогом и ребёнком;</p> <p>- предоставление возможности ребёнку реализовать себя в положительной деятельности</p>
Информационно-коммуникационные технологии	<p>- повышение качества знаний;</p> <p>- формирование и развитие информационной и коммуникативной компетенции;</p> <p>- мотивации к изучению нового,</p> <p>- развитие критического мышления</p>	<p>- критическое отношение к информации;</p> <p>прочность усвоения материала.</p>
Игровые технологии	<p>-самореализация внутренних потребностей и склонностей человека;</p> <p>- расширение кругозора познавательной деятельности;</p> <p>- воспитание качеств личности необходимых для успешного усвоения программного материала;</p> <p>-развитие познавательных процессов, коммуникативных навыков;</p> <p>- приобщение к нормам и ценностям общества</p>	<p>- игры на воспитание необходимых качеств личности;</p> <p>- игры, направленные на приобретение навыков действия в различных жизненных ситуациях;</p> <p>- игры на развитие коммуникативных навыков;</p> <p>- игры, направленные на успешную адаптацию в постоянно меняющихся обстоятельствах.</p>
Здоровьесберегающие технологии	<p>- создание условий для сохранения здоровья обучающихся</p>	<p>- соблюдение санитарно- гигиенических требований (проветривание, оптимальный тепловой</p>

		<p>режим, освещенность, чистота, соблюдение техники безопасности);</p> <ul style="list-style-type: none"> - составление расписания и распределение учебной нагрузки в соответствии с требованиями; - смена видов деятельности на занятии; - физпаузы; - индивидуальный подход к обучающимся с учётом личностных возможностей; - благоприятный психологический климат.
Рефлексивные технологии	<ul style="list-style-type: none"> - самостоятельная оценка своего состояния, эмоций, результатов своей деятельности; - осмысление своих действий. 	<ul style="list-style-type: none"> - рефлексия настроения; - рефлексия деятельности; - рефлексия содержания

Формы организации обучения:

- фронтальная работа со всей группой обучающихся (подача учебного материала всей группе);
- групповая работа (работа в мини-группах);
- индивидуальная работа (самостоятельная работа детей с оказанием помощи педагогом).

2.2. Воспитательный компонент

Календарный план воспитательной работы на 2024-2025 учебный год

Цель воспитательной работы - создание пространства для самоопределения и самореализации личности ребенка, обеспечивающего социальную защиту и поддержку взросления, духовно-нравственное становление.

Моя страна			
Формирование гражданской позиции уч-ся посредством развития знания о культуре и истории развития России			
бережное отношение к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, в частности Северо- Западного региона			
Событие	Форма	Решаемые задачи	Сроки
Юбилей г. Череповца – 245 лет со дня основания	Интерактивная беседа «Череповец – город возможностей»		октябрь-ноябрь 2024
В кругу друзей			
Содействие успешной адаптации детей в социуме посредством приобретения опыта межличностной культуры общения.			
Событие	Форма	Решаемые задачи	Сроки
День отказа от курения (отмечается в третий четверг ноября).	Флешмоб «Мы за ЗОЖ»	Пропаганда ЗОЖ, профилактика табакокурения	Ноябрь 2024
Время добрых дел			
Приобщение детей к общечеловеческим ценностям в процессе совместной деятельности			
Событие	Форма	Решаемые задачи	Сроки
Праздник белых журавлей. Праздник поэзии и памяти павших на полях сражений во всех войнах – 22 октября	Акция «Белый журавлик» Оформление окон, стен бумажными журавлями Оформление информационного стенда	Вовлечение учащихся в социально значимую деятельность, формирование духовности, нравственно-патриотических чувств у участников	Октябрь 2024
Акция «Лапа помощи»	Сбор благотворительной	Приобщение детей к общечеловеческим	Февраль 2025

	помощи для питомцев приютов для бездомных животных	ценностям в процессе совместной деятельности	
<p align="center">Формула здоровья</p> <p>Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.</p>			
Событие	Форма	Решаемые задачи	Сроки
Всемирный День борьбы со СПИДом – 1 <u>декабря</u>	Интерактивная беседа: «Осторожно СПИД!»	Профилактика СПИДа	1 неделя декабря 2024

2.7 Информационные ресурсы и литература

Литература

1. Буянов В. М. Первая медицинская помощь. М., 2015.
2. Турнер Г.И. Руководство к перевязке ран. М., 2017.
3. Кара М. Первая медицинская помощь при расстройствах дыхания, вызванных дорожной травмой, отравлением и острыми заболеваниями. М., 2018.
4. Матюхина, З.П. Основы физиологии питания, санитарии и гигиены в общественном питании. М., 2017.
5. Лужников, Е.А. Первая неотложная помощь при острых отравлениях. М., 2018.

2.8. Приложения

Опросник «Компоненты ЗОЖ»

1. Назовите основные компоненты здорового образа жизни.
2. Назовите основные правила здорового питания.
3. Перечислите виды физической нагрузки.
4. Охарактеризуйте оптимальный режим работы и отдыха.
5. Какие привычки вредят здоровью?
6. Назовите критерии оценки состояния здоровья человека.

Опросник «Режим дня»

1. Что такое биоритмы человека?
2. Назовите оптимальную продолжительность сна.
3. Назовите оптимальное время пробуждения.
4. Почему важно принимать пищу в одно и то же время?
5. Можно ли вносить изменения в свой режим дня?

Опросник «Здоровое дыхание»

1. Назовите составляющие дыхательной системы человека.
2. Как происходит газообмен?
3. Что такое жизненная емкость легких?
4. Как провести самодиагностику дыхания?
5. Для чего необходимо проветривать помещения?
6. Назовите основные упражнения дыхательной гимнастики.

Опросник «Здоровое сердце»

1. От чего зависит частота сердечных сокращений?
2. Каким прибором измеряют артериальное давление?
3. Работу какой системы характеризует артериальное давление?
4. От чего зависит артериальное давление?
5. Чем опасно резкое повышение артериального давления?
6. Как укрепить сердечную мышцу?

Опросник «Профилактика вирусных инфекций»

1. Какие вирусные инфекции вы знаете?

2. Назовите пути передачи вирусных инфекций.
3. Что такое неспецифическая профилактика?
4. Назовите приемы неспецифической профилактики.
5. Что такое вакцинопрофилактика?
6. Назовите приемы профилактики новой коронавирусной инфекции.

Тест «Что вы знаете о витаминах»

При выполнении заданий укажите одну цифру, которая соответствует номеру правильного ответа

1. Кем были открыты витамины?

- А) Функ
- Б) Лунин
- В) Павлов

2. Гипервитаминоз – это ...

- А) отсутствие витаминов
- Б) недостаток того или иного витамина
- В) избыток витаминов

3. К жирорастворимым витаминам относят:

- А) С и D
- Б) А и Е
- В) В2 и К

4. Витамин А содержится в большом количестве в:

- А) неочищенных зернах
- Б) чеснок
- В) рыбий жир

5. Недостаток витамина В1 вызывает болезнь:

- А) Бери-бери
- Б) Малокровие
- В) Цинга

6. Синдром недостаточности всасывания в кишечнике – это признак недостатка витамина:

- А) Е

Б) В2

В) К

7. Недостаток какого витамина вызывает болезнь «перемежающаяся хромота»?

А) Е

Б) В1

В) D

8. Витамин К содержится в:

А) кукурузное и подсолнечное масло, молоко сыр

Б) молоко, сыр, рыба

В) тыква, клубника, томат

9. Недостаток витамина D вызывает заболевание:

А) Гиперкератоз

Б) Рахит

В) Цинга

10. Витамин D содержится в:

А) Рыбьем жире

Б) Тыкве

В) Клубнике

При выполнении задания 11 укажите последовательность из трех цифр:

11. Какие витамины содержатся в молоке?

А) С

В) В12

Г) Е

Д) А

Е) РР

При выполнении задания 12 укажите последовательность букв соответствующих данным цифрам.

12. Соотнесите витамин и болезни, которые вызывает недостаток данного витамина

Витамин	Болезнь при недостатке витамина
1. С	А. Воспаление слизистых оболочек, трещинки в уголках рта
2. В2	Б. Стоматит
3. В6	В. Цинга

Тест «Безопасный Интернет»

1. Что можно делать на видеохостинге в YouTube?

1. Размещать материалы без согласия их авторов
2. Выражать своё несогласие с мнением другого в уважительной форме
3. Размещать противозаконные, оскорбительные материалы
4. Грубить в комментариях

2. Какой из паролей является надёжным?

1. Alex20012.
19032001 3.
12345678
4. Vbif20hjvfyjd01

3. Что НЕ следует делать, если ты столкнулся с троллем в Сети?

1. Игнорировать выпады тролля
2. Заблокировать тролля
3. Проучить или доказать свою правоту
4. Сообщить модераторам сайта

4. Откуда НЕ стоит брать информацию в Интернете для реферата?

1. Сайты средств массовой информации
2. Википедия
3. Электронные библиотеки
4. Сообщества в социальных сетях

5. Что является признаком достоверности информации в Сети?

1. Возможность перепроверить эту информацию в других источниках и на официальных сайтах
2. Правдоподобность информации
3. Качественное оформление информации
4. Грамотное изложение информации

6. Как НЕ стоит себя вести, если вы стали жертвой кибербуллинга?

1. Ничего не делать
2. Заблокировать обидчиков
3. Сообщить родителям (взрослым)
4. Обратиться на Линию помощи «Дети онлайн»

7. Какие данные из нижеперечисленных можно сообщать по электронной почте?

1. Номера банковских счетов (кредитных карт)

2. Секретные слова (ответы) на специальные секретные вопросы, используемые при идентификации вашего аккаунта

3. PIN-коды

4. Ваши имя и фамилию

8. Когда можно доверять письму от неизвестного отправителя?

1. Отправитель ссылается на ваших друзей

2. Отправитель использует логотип авторитетной компании

3. К вам обращаются по имени

4. Никогда нельзя доверять письму от неизвестного отправителя

9. В каком случае нарушается авторское право?

1. При размещении на YouTube собственного видеоролика с концерта какой-либо группы

2. При чтении романа И. Тургенева «Отцы и дети» в Интернете

3. При использовании материалов Википедии для подготовки доклада ссылкой на источник

4. При просмотре трансляций на официальном сайте телеканала

10. Как защититься от негативного контента?

1. Использовать безопасный поиск Google и безопасный режим на YouTube

2. Установить антивирус

3. Не обращать на него внимания

4. Обратиться к автору негативного контента

11. Какую информацию о себе можно выкладывать в Интернете в открытом доступе?

1. Место работы родителей

2. Номер телефона

3. Домашний адрес

4. О своих интересах

12. Что делать, если вам пришло письмо о том, что вы выиграли в лотерее?

1. Перейти по ссылке в письме, ведь информация может оказаться правдой

2. Написать в ответ разоблачающее письмо мошенникам

3. Связаться с отправителем по телефону

4. Удалить его и заблокировать отправителя

13. Когда можно полностью доверять новым онлайн-друзьям?

1. Поговорив по телефону

2. После длительной переписки
3. После обмена фотографиями
4. Ничего не может дать 100 %-ную гарантию того, что онлайн-другу можно доверять

14. Что НЕ поможет защитить свою электронную почту от взлома?

1. Создавать разные пароли от разных аккаунтов
2. Периодически менять адрес электронной почты, менять провайдеров
3. Не открывать сообщения с незнакомых и подозрительных адресов

Тест "Оказание первой помощи" (итоговый)

1. Признаки артериального кровотечения

Выберите один или несколько ответов:

1. очень темный цвет крови
2. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей
3. большое кровавое пятно на одежде или лужа крови возле пострадавшего
4. над раной образуется валик из вытекающей крови
5. кровь пассивно стекает из раны

2. Каким образом проводится сердечно-легочная реанимация пострадавшего?

Выберите один ответ:

1. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 30 надавливаний на грудину, затем 2 вдоха методом «Рот ко рту»
2. Искусственная вентиляция легких и давление руками на грудину пострадавшего: вначале 1 вдох методом «Рот ко рту», затем 15 надавливаний на грудину
3. Давление руками на грудину пострадавшего и искусственная вентиляция легких: вначале 5 надавливаний на грудину, затем 1 вдох методом «Рот ко рту»

3. Вторым действием (вторым этапом) при оказании первой помощи является:

Выберите один ответ:

1. Предотвращение возможных осложнений
2. Устранение состояния, угрожающего жизни и здоровью пострадавшего
3. Правильная транспортировка пострадавшего
4. Признаки венозного кровотечения

Выберите один или несколько ответов:

1. кровь пассивно стекает из раны
2. над раной образуется валик из вытекающей крови
3. очень темный цвет крови

4. алая кровь из раны вытекает фонтанирующей струей

5. По каким признакам судят о наличии внутреннего кровотечения? Выберите

1. Цвет кожных покровов, уровень артериального давления, сознание
2. Пульс, высокая температура, судороги.
3. Резкая боль, появление припухлости, потеря сознания

6. Кто может оказывать первую помощь пострадавшему ребенку?

Выберите один ответ:

1. только медицинский работник
2. любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком
3. любой человек, который оказался рядом с пострадавшим ребенком, при наличии специальной подготовки и (или) навыков

7. Разрешено ли давать пострадавшему лекарственные средства при оказании ему первой помощи?

Выберите один ответ:

1. Разрешено
2. Запрещено
3. Разрешено в случае крайней необходимости

8. Куда накладывается кровоостанавливающий жгут на конечность при кровотечении?

Выберите один ответ:

1. Непосредственно на рану.
2. Ниже раны на 4-6 см.
3. Выше раны на 4-6 см.

9. При открытом переломе конечностей, сопровождающимся артериальным кровотечением, оказание первой помощи начинается:

Выберите один ответ:

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

10. Как оказывается первая помощь при переломах конечностей, если отсутствуют подручные средства для их изготовления?

1. к туловищу. Нижние конечности плотно прижимают друг к другу и прибинтовывают.

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

11. Какие из перечисленных мероприятий относятся к оказанию первой помощи?

Выберите один или несколько ответов:

1. восстановление и поддержание проходимости дыхательных путей
2. применение лекарственных препаратов
3. выявление признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих жизни и здоровью
4. передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи
5. сердечно-легочная реанимация
6. определение признаков жизни у пострадавшего ребенка
7. придание оптимального положения телу
8. контроль состояния и оказание психологической поддержки
9. временная остановка наружного кровотечения
10. оценка обстановки и создание безопасных условий для оказания первой помощи
11. вызов скорой медицинской помощи

12. В каком порядке проводятся мероприятия первой помощи при ранении?

Выберите один ответ:

1. Остановка кровотечения, наложение повязки
2. Обеззараживание раны, наложение повязки, остановка кровотечения
3. Остановка кровотечения, обеззараживание раны, наложение повязки

13. 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?

Выберите один ответ:

1. У пострадавшего могут быть переломы костей голени и нижней трети бедра. При первой помощи наложить шины только на травмированную ногу от голеностопного до коленного сустава, не вытягивая ногу.
2. 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.

3. У пострадавшего могут быть переломы 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.

14. В какой последовательности следует осматривать ребенка при его травмировании? Выберите один ответ:

1. конечности, область таза и живот, грудная клетка, шея, голова
2. голова, шея, грудная клетка, живот и область таза, конечности
3. грудная клетка, живот и область таза, голова, шея, конечности

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

Выберите один ответ:

1. Пострадавшему, лежащему на спине, подложить под шею валик из одежды и приподнять ноги
2. Лежащего пострадавшего не перемещать. Следует наложить ему на шею импровизированную шейную шину, не изменяя положения шеи и тела
3. Уложить пострадавшего на бок

16. Когда должен применяться непрямой массаж сердца?

Выберите один ответ:

1. при кровотечении
2. при применении искусственного дыхания
3. после освобождения пострадавшего от опасного фактора
4. при повышении артериального давления
5. при отсутствии пульса

17. Что делать, если ребенок получил ожог пламенем, кипятком или паром?

Выберите один или несколько ответов:

1. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим охлаждать место ожога холодной проточной водой не менее 20 минут
2. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком и одновременно с этим приложить холодный предмет к месту ожога, предварительно обернув его куском ткани
3. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком

18. Как проверить наличие дыхания у ребенка при внезапной потере сознания?

Выберите один ответ:

1. в течение 10 секунд внимательно смотреть на его грудную клетку
2. наклониться к ребенку, приложить ухо к его грудной клетке и в течение 10 секунд прислушиваться
3. запрокинуть голову ребенка, поднять подбородок, в течение 10 секунд прислушиваться, пытаться ощутить дыхание ребенка на своей щеке, увидеть дыхательные движения его грудной клетки

19.Как следует уложить пострадавшего при потере им сознания и наличии пульса на сонной артерии для оказания первой помощи?

Выберите один ответ:

1. На спину с вытянутыми ногами
2. Чтобы пострадавший не мог погибнуть от удушья в результате западания языка, его следует положить на живот, чтобы вызвать рвотный рефлекс
3. Чтобы пострадавший не мог погибнуть от удушья в результате западания языка, его следует положить на бок так, чтобы согнутые колени опирались о землю, а верхняя рука находилась под щекой
4. На спину с подложенным под голову валиком
5. На спину с подложенным под голову валиком

20.Признаки обморока

Выберите один или несколько ответов:

1. потере сознания предшествуют резкая слабость, головокружение, звон в ушах и потемнение в глазах
2. кратковременная потеря сознания (не более 3-4 мин)
3. потеря чувствительности
4. потеря сознания более 6 мин

21.Как проверить признаки сознания у ребенка?

Выберите один ответ:

1. аккуратно потормошить за плечи и громко спросить «Что случилось?»
2. поводить перед ребенком каким-нибудь предметом и понаблюдать за движением его глаз
3. спросить у ребенка, как его зовут

22.В каком объеме проводятся мероприятия при прекращении сердечной деятельности и дыхания у пострадавшего?

Выберите один ответ:

1. Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких) и НМС (непрямого массажа сердца).

2. Освобождение дыхательных путей, проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких)

3. Проведение НМС (непрямого массажа сердца)

23. При попадании в глаза щелочного раствора:

Выберите один ответ:

1. создать пострадавшему покой

2. необходимо промыть глаза мыльным раствором

3. необходимо промыть глаза проточной водой в большом количестве

24. Как следует расположить руки на грудной клетке пострадавшего при давлении руками

Выберите один ответ:

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

3. Давление руками на грудину выполняют основанием ладони только одной руки, расположенной на грудной клетке на два пальца выше мечевидного отростка. Направление большого пальца не имеет значения.

25. Перелом это

Выберите один ответ:

1. трещины, сколы, раздробление костей

2. разрушение мягких тканей костей

3. трещины, сколы, переломы ороговевших частей тела

26. Действия по помощи пострадавшему при попадании инородного тела в дыхательные пути:

Выберите один ответ:

1. Положить пострадавшего на бок и вызвать интенсивную рвоту.

2. Нагнуть туловище пострадавшего вперед, нанести несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток, при отсутствии эффекта — обхватить пострадавшего сзади,

надавить 4-5 раз на верхнюю часть живота.

3. Нанести пострадавшему, стоящему прямо, несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток.

27. Какие предпринять меры при подозрении на отравление ребенка?

Выберите один или несколько ответов:

1. удалить поступивший яд (например, вызвать рвоту)
2. вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда наблюдать за ребенком, оказывая помощь при необходимости (например, при исчезновении признаков жизни приступить к сердечно-легочной реанимации)
3. прекратить поступление ядовитого вещества в организм ребенка (вынести его из загазованной зоны, удалить жало насекомого, стереть ядовитое вещество с поверхности кожи и т. д.)

28. Когда следует начинать сердечно-легочную реанимацию пострадавшего?

Выберите один ответ:

1. При наличии болей в области сердца и затрудненного дыхания
2. При потере пострадавшим сознания, независимо от наличия пульса на сонной артерии, и признаков дыхания
3. При потере пострадавшим сознания и отсутствии пульса на сонной артерии, а также признаков дыхания

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

Выберите один ответ:

1. 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.
2. Уложить пострадавшего на бок, наклонить его голову к груди. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс.
3. Очистить ротовую полость от слизи и рвотных масс. Уложить пострадавшего на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок и выдвинуть нижнюю челюсть.

30. Как определить наличие пульса на сонной артерии пострадавшего?

Выберите один ответ:

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

и ближайшей к хрящу мышц

3. Три пальца руки располагают с левой стороны шеи под нижней челюстью

31.Какова первая помощь при черепно-мозговой травме, сопровождающейся ранением волосистой части головы?

Выберите один ответ:

1. Наложить импровизированную шейную шину, на рану наложить стерильный ватный тампон, пострадавшего уложить на спину, приподняв ноги. По возможности к голове приложить холод.
2. Наложить импровизированную шейную шину. К ране волосистой части головы приложить давящую повязку из стерильного бинта, пострадавшего уложить на бок с согнутыми в коленях ногами, по возможности к голове приложить холод.
3. Шейную шину не накладывать, рану заклеить медицинским пластырем, пострадавшего уложить на бок только в случае потери им сознания

32.При каких состояниях ребенка можно оказать ему первую помощь?

Выберите один или несколько ответов:

1. ожоги
2. травмы различных областей тела
3. инородные тела верхних дыхательных путей
4. инородные тела верхних дыхательных путей
5. отморожения
6. высокая температура
7. отсутствие сознания
8. отравление
9. наружные кровотечения
10. боли в животе
11. остановка дыхания и кровообращения
12. боли в груди
13. инородные тела верхних дыхательных путей
14. отморожения
15. высокая температура
16. отсутствие сознания
17. отравление
18. наружные кровотечения
19. боли в животе
20. остановка дыхания и кровообращения

21. боли в груди

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

Выберите один ответ:

1. Полить ожоговую поверхность холодной водой, накрыть стерильной салфеткой и туго забинтовать
2. Вскрыть пузыри, очистить ожоговую поверхность от остатков одежды, накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод, поить пострадавшего водой
3. Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, рану накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод и поить пострадавшего водой

34.При черепно-мозговой травме:

Выберите один ответ:

1. необходимо положить на голову тепло
2. необходимо положить на голову холод
3. необходимо наложить на голову марлевую повязку

35.Что нужно делать при сильном кровотечении в результате травмы до прибытия бригады скорой медицинской помощи?

Выберите один или несколько ответов:

1. если давящая повязка не помогает и кровотечение не останавливается, прижать артерию пальцем, наложить кровоостанавливающий жгут
2. промыть рану, обработать ее, затем наложить салфетку, туго забинтовать
3. наложить на рану салфетку, прижать, туго забинтовать
4. обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи

36. Внезапно возникающая потеря сознания — это:

Выберите один ответ:

1. Шок
2. Мигрень
3. Обморок

37. При артериальном кровотечении наложенный жгут нельзя держать более:

Выберите один ответ:

1. 1 ч

2. 30 мин

3. 45 мин

38. На какой срок может быть наложен кровоостанавливающий жгут?

Выберите один ответ:

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 наложения жгута не ограничено

39. Что делать, если человек подавился и не может дышать, говорить и кашлять?

Выберите один или несколько ответов:

1. если удары в спину и толчки в верхнюю часть живота не помогли, уложить ребенка на пол, проверить признаки дыхания, при их отсутствии – вызвать скорую медицинскую помощь и приступить к сердечно-легочной реанимации
2. выполнить толчки в верхнюю часть живота (детям до года – в грудь) до 5 попыток, если традиционные удары по спине не помогли
3. ударить по спине между лопатками (до 5 попыток), наклонив ребенка вперед

40. Признаки переохлаждения

Выберите один или несколько ответов:

1. нет пульса у лодыжек
2. посинение или побледнение губ
3. озноб и дрожь
4. нарушение сознания: заторможенность и апатия, бред и галлюцинации, неадекватное поведение
5. снижение температуры тела
6. потеря чувствительности

41. К ушибленному месту необходимо приложить:

Выберите один ответ:

1. Грелку
2. Холод
3. Спиртовой компресс

42. При проведении ИВЛ (искусственной вентиляции легких) методом «рот в рот» необходимо:

Выберите один ответ:

1. Зажимать нос пострадавшего только в случае, если носовые ходы свободны
2. Нос пострадавшему не зажимать

3. Свободной рукой плотно зажимать нос пострадавшего

43. При ушибах и растяжениях на поврежденное место накладывается: Выберите один ответ:

1. тепло
2. свободная повязка
3. холод

44. Первым действием (первым этапом) при оказании первой помощи является:

Выберите один ответ:

1. Прекращение воздействия травмирующего фактора
2. Правильная транспортировка пострадавшего
3. Предотвращение возможных осложнений

**Алгоритм анализа процесса деятельности
Действия оцениваются по следующему алгоритму:**

1. Провести оценку обстановки и обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи:

1) определить угрожающие факторы для собственной жизни и здоровья; 2) определить угрожающие факторы для жизни и здоровья пострадавшего; 3) устранить угрожающие факторы для жизни и здоровья; 4) прекратить действие повреждающих факторов на пострадавшего; 5) при необходимости, оценить количество пострадавших; 6) извлечь пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест (при необходимости); 7) переместить пострадавшего (при необходимости).

2. Определить наличие сознания у пострадавшего.

При наличии сознания перейти к п. 7 Алгоритма; при отсутствии сознания перейти к п. 3 Алгоритма.

3. Восстановить проходимость дыхательных путей и определить признаки жизни:

1) запрокинуть голову с подъемом подбородка; 2) выдвинуть нижнюю челюсть (при необходимости); 3) определить наличие нормального дыхания с помощью слуха, зрения и осязания; 4) определить наличие кровообращения путем проверки пульса на магистральных артериях (одновременно с определением дыхания и при наличии соответствующей подготовки). При наличии дыхания перейти к п. 6 Алгоритма; при отсутствии дыхания перейти к п. 4 Алгоритма.

4. Вызвать скорую медицинскую помощь, другие специальные службы

Вызвать скорую медицинскую помощь, другие специальные службы, сотрудники которых

обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом (по тел. 03, 103 или 112, привлекая помощника или с использованием громкой связи на телефоне).

5. Начать проведение сердечно-легочной реанимации путем чередования:

1) давления руками на грудину пострадавшего; 2) искусственного дыхания «Рот ко рту», «Рот к носу», с использованием устройств для искусственного дыхания.

При появлении признаков жизни перейти к п. 6 Алгоритма.

6. При появлении (или наличии) признаков жизни выполнить мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей одним или несколькими способами:

1) придать устойчивое боковое положение; 2) запрокинуть голову с подъемом подбородка; 3) выдвинуть нижнюю челюсть.

7. Провести обзорный осмотр пострадавшего и осуществить мероприятия по временной остановке наружного кровотечения одним или несколькими способами:

1) наложением давящей повязки; 2) пальцевым прижатием артерии; 3) прямым давлением на рану; 4) максимальным сгибанием конечности в суставе; 5) наложением жгута.

8. Провести подробный осмотр пострадавшего в целях выявления признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью, осуществить вызов скорой медицинской помощи (если она не была вызвана ранее):

1) провести осмотр головы; 2) провести осмотр шеи; 3) провести осмотр груди; 4) провести осмотр спины; 5) провести осмотр живота и таза; 6) осмотр конечностей; 7) наложить повязки при травмах различных областей тела, в том числе окклюзионную (герметизирующую) при ранении грудной клетки; 8) провести иммобилизацию (с помощью подручных средств, аутоиммобилизацию, с использованием медицинских изделий); 9) зафиксировать шейный отдел позвоночника (вручную, подручными средствами, с использованием медицинских изделий); 10) прекратить воздействие опасных химических веществ на пострадавшего (промыть желудок путем приема воды и вызывания рвоты, удалить с поврежденной поверхности и промыть поврежденные поверхности проточной водой); 11) провести местное охлаждение при травмах, термических ожогах и иных воздействиях высоких температур или теплового излучения; 12) провести термоизоляцию при отморожениях и других эффектах воздействия низких температур.

9. Придать пострадавшему оптимальное положение тела. Для обеспечения ему комфорта и уменьшения степени его страданий.

10. Постоянно контролировать состояние пострадавшего и оказывать психологическую поддержку. Наличие сознания, дыхания и кровообращения

11. Передать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи

Передать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом при их прибытии и распоряжении о передаче им пострадавшего, сообщив необходимую информацию.

Протокол наблюдения

Лист оценки навыков мышления

ФИ обучающегося

	Начальный уровень	Подготовительный уровень	Владение	Высший уровень	Примечание
Опишите проблему своими словами	Не может описать проблему своими словами	Может описать проблему своими словами с подсказками	Может описать проблему своими словами	Может описать проблему своими словами и начинает разбивать ее на более мелкие элементы	
Расскажите, как вы понимаете, удалось ли вам найти успешное решение	Обучающийся не может описать критерии успешности.	Обучающийся может описать критерии успешности с подсказками.	Обучающийся может описать критерии успешности.	Обучающийся может описать критерии успешности с высоким уровнем детализации.	
Опишите, как разбить проблему на более мелкие элементы	Обучающийся не может разбить проблему	Обучающийся может разбить проблему на более мелкие элементы с подсказками.	Обучающийся может разбить проблему на более мелкие элементы.	Обучающийся может разбить проблему на более мелкие элементы и описать связи между всеми элементами.	
Проследите, как обучающиеся распознают	Обучающийся не может распознать ситуации и	Обучающийся может с подсказками распознать ситуацию и	Обучающийся может распознать ситуации и	Обучающийся может распознать ситуации и пользоваться собственными	

ситуацию и используют алгоритмы оказания первой помощи, которые видели раньше.	пользоваться алгоритмами оказания первой помощи, с которыми встречался раньше	пользоваться алгоритмами оказания первой помощи, с которыми встречался раньше	пользоваться алгоритмами оказания первой помощи, с которыми встречался раньше.	путями решения для оказания первой помощи.	
Представьте перечень действий, которые необходимо выполнить для оказания ПП.	Обучающийся не может составить перечень действий.	Обучающийся может составить перечень действий с подсказками	Обучающийся может составить перечень действий.	Обучающийся может составить подробный перечень действий, полезный и правильный для оказания ПП..	
Опишите, каким образом вы решили проблему в кейсе.	Обучающийся не может описать решение.	Обучающийся может описать решение с подсказками.	Обучающийся может описать решение.	Обучающийся может описать решение, подробно рассказывая о каждом этапе.	
Опишите, что произойдет, когда вы выполните свой алгоритм.	Обучающийся не может описать, что произойдет.	С подсказками обучающийся может описать, что произойдет и прогнозировать исход ситуации.	Обучающийся может описать, что произойдет и прогнозировать исход ситуации.	Обучающийся может описать, что произойдет, прогнозирует исход ситуации и подобрал альтернативные пути решения ситуации..	

Опишите, каким образом вы устранили проблемы	Обучающийся не может описать, как он устранил проблемы	С подсказками обучающийся может описать, как он устранил проблемы	Обучающийся может описать, как он устранил проблемы	Обучающийся может подробно описать, как он устранил проблемы.	
Расскажите, каким образом ваше решение связано с проблемой.	Обучающийся не может описать, как его решение связано с проблемой.	С подсказками обучающийся может описать, как его решение связано с проблемой	Обучающийся может описать, как его решение связано с проблемой.	Обучающийся может подробно описать, как его решение связано с проблемой.	
Опишите, как вы опробовали новые способы решения проблем в ходе решения кейса.	Обучающийся не может описать другие способы, которые он опробовал в ходе решения кейса.	С подсказками обучающийся может описать другие способы, которые он опробовал в ходе решения кейса.	Обучающийся может описать другие способы, которые он опробовал в ходе решения кейса.	Обучающийся может описать другие способы, которые он опробовал в ходе решения кейса, а также может объяснить, почему он отбросил каждый из вариантов.	
Опишите самую важную часть вашего решения.	Обучающийся не может описать свое решение	Обучающийся может описать свое решение с подсказками.	Обучающийся может описать свое решение.	Обучающийся может описать свое решение, делая упор на самой важной его части.	
Опишите, каким образом ваше	Обучающийся не может описать,	С подсказками обучающийся может	Обучающийся может описать,	Обучающийся может описать, с исключительной	

решение отвечает исходным критериям.	каким образом его решение отвечает исходным критериям.	описать, каким образом его решение отвечает исходным критериям.	каким образом его решение отвечает исходным критериям.	ясностью, каким образом его решение отвечает исходным критериям.	
--	---	---	---	--	--

Лист самооценки

Критерии	Показатели				Оценка успешности
«Я»	себя чувствовал в процессе учения	было ли мне комфортно	с каким настроением я работал	доволен ли собой	5 <input type="radio"/>
					4 <input type="radio"/>
					3 <input type="radio"/>
					2 <input type="radio"/>
					1 <input type="radio"/>
«Мы»	насколько мне было комфортно работать в составе малой группы	какие у меня были затруднения в общении с группой.	смог ли я помочь товарищам	смогли ли они мне помочь	5 <input type="radio"/>
					4 <input type="radio"/>
					3 <input type="radio"/>
					2 <input type="radio"/>
					1 <input type="radio"/>
«Дело»	я достиг цели учения	учебный материал нужен для дальнейшей учебы, для практики, он просто интересен	в чем я затруднялся, почему	как мне преодолеть свои проблемы	5 <input type="radio"/>
					4 <input type="radio"/>
					3 <input type="radio"/>
					2 <input type="radio"/>
					1 <input type="radio"/>

Протокол наблюдения:

ФИ	Регулятивные УУД: - умение ставить цель своей деятельности и достигать ее;	Коммуникативные УУД: - умение эффективно выстраивать общение с окружающими людьми	Личностные результаты:	
			- готовность к проявлению таких нравственных качеств, как милосердие, сострадание, соучастие;	- осознанное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, потребность соблюдать нормы здорового образа жизни.