

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №1»**

**Утверждена**  
Приказ по школе № 90  
от «28» августа 2024 г.  
Директор: Г. А. Поздышева

**Рабочая программа внеурочной деятельности  
«Первая помощь, основы ухода за больными»  
5 – 8 классы**

Учитель: Левашова Римма Владимировна

г. Гаврилов-Ям  
2024-2025 г.

## Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности «Первая помощь, основы ухода за больными» составлена на основе:

- Федерального закона «Об образовании в РФ» № 273-ФЗ от 29.12.2012г;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- СанПиН 2.4.2.2180 -10. «Санитарно - эпидемиологические требования к условиям обучения и воспитания в ОУ»;
- Приказ МОиН Российской Федерации от 17.12.2010г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
- Положение о Центре образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста» муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя школа №1».

При составлении программы использованы:

1. Справочник по оказанию доврачебной неотложной медицинской помощи. Автор В.В.Калужный. Издательство «Феникс», г. Ростов-на-Дону, 2011 г., серия «Живая линия».
2. Справочник «Оказание первой медицинской, первой реанимационной помощи на месте происшествия и в очагах чрезвычайных ситуаций.» Автор И. Ф. Богоявленский, Санкт-Петербург, 2014 г., серия «Спаси, сохрани жизнь».
3. Практикум по курсу «Первая медицинская помощь». Издательство «Канцлер», составители А.С. Башкина, М.П. Носкова, ЯГПУ им. Ушинского, г.Ярославль, 2011 г.
4. Дополнительная образовательная программа «Расти здоровым», 5-8 класс. Авторы А. Н. Макаров, Я. А. Макаров, Ярославль, 2007 г.
5. Большой атлас анатомии человека, Издательство «АСТ», г. Москва, 2014 г.

**Направленность** образовательной программы **социальная**: создаются условия для социальной практики ребенка в его реальной жизни, накопления нравственного и практического опыта. Программа определяет пути формирования системы знаний, умений и способов деятельности, развития, воспитания и социализации учащихся.

**Актуальность программы**: заключается в том, что она способствует углублению знаний учащихся по основам медицинских знаний, выработке дополнительных умений и навыков диагностирования заболеваний, оказания первой доврачебной медицинской помощи пострадавшим, выполнению некоторых предписаний врача по уходу за больным. С другой стороны, программа направлена на углубление понимания школьниками биохимических и физиологических процессов, протекающих на уровне организма человека, различения нормы и патологии. На сегодняшний день в школах России нет универсальной системы массового обучения медицинским аспектам оказания первой помощи. Информацию об опасности тех или иных состояний, охраны здоровья и медицинской терминологии современный человек получает из научно-популярной литературы или теле- и радиопередач, которые зачастую носят формальный характер. Не секрет, какими колоссальными потерями оборачивается подобное невежество для каждого из нас, сколько человеческих жизней уносится из-за безграмотности тех, кто оказывается рядом с пострадавшим. Для решения этой проблемы предлагается внеурочная деятельность «Первая помощь, основы ухода за больными», назначение которой - дать ту сумму неформальных знаний и навыков, которые позволят каждому человеку сохранить своё здоровье и оказать первую медицинскую помощь пострадавшим.

**Педагогическая целесообразность** данной программы заключается в том, что занятия способствуют овладению школьниками системой медицинских знаний. Материалы данной программы знакомят школьников с процессами, происходящими в организме человека, с гигиеническими правилами, направленными на сохранение здоровья людей. Содержание программы внеурочной деятельности направлено на обеспечение эмоционально-целостного понимания высокой значимости жизни, ценности знаний о правилах оказания первой медицинской помощи, а также на формирование способности использовать приобретенные знания в практической деятельности.

Программа включает как теоретические, так и практические знания и они должны быть научными и доступными для понимания.

**Отличительные особенности программы:** Содержание программы имеет особенности, обусловленные, задачами развития, обучения и воспитания учащихся, социальными требованиями к уровню развития их личностных и познавательных качеств, психологическими возрастными особенностями учащихся, Содержание и структура курса обеспечивают выполнение требований к уровню подготовки школьников, развитие творческих умений, научного мировоззрения, гуманности, привитие самостоятельности, трудолюбия и заботливого отношения к людям

Отличительные особенности программы:

- **Успешность** обучения – она определяется способностью ребенка самостоятельно объяснить, почему он должен поступить именно так, а не иначе. И как результат-осознанное поведение в реальных опасных ситуациях.

- **Доступность** - учебный материал должен быть изложен в доступной форме.

- **Наглядность** - при обучении личной безопасности необходимы наглядные средства: плакаты, видеофильмы, чтобы дети могли увидеть, услышать и потрогать, тем самым реализовав потребность в познании.

- **Единство воспитания и обучения**-на всех этапах обучения необходимо воспитывать у детей культуру безопасности. Программа содействует сохранению единого образовательного пространства.

**Программа рассчитана** на 34 учебных часа, 1 час в неделю, срок обучения 1 год.

Расписание занятий составляется в соответствии с требованиями Устава Учреждения.

**Формы и методы проведения занятий.**

**Формы занятий:** лекция, дискуссия, экскурсия, круглые столы, ролевые игры, тренинг, выставка, творческие отчеты, соревнования, конкурс, защита проектов.

**Виды деятельности:**

- изучение правил гигиены, ЗОЖ и основ медицинских знаний и правил оказания медицинской помощи;

- проведение практических занятий по медицине на базе Центра образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста», а также с использованием ресурсов «Мобильного класса»;

- участие в различных конкурсах тематической направленности;

- проведение игр, конкурсов, соревнований в школе.

**Основные методы, используемые для реализации программы:** В обучении - практический, наглядный, словесный, работа с книгой, видеометод. В воспитании - методы формирования сознания личности, методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения, методы стимулирования поведения и деятельности.

### **Цели программы внеурочной деятельности:**

- закрепление знаний, совершенствование медико-санитарной подготовки обучающихся,
- воспитание у обучающихся сознательного отношения к охране своего здоровья и здоровья окружающих, гуманизма и милосердия,
- развитие инициативы, самостоятельности, воспитание организаторских способностей, привлечение обучающихся к гуманитарной деятельности,
- пропаганда здорового образа жизни, профилактика инфекционных заболеваний,
- стимулирование у обучающихся интереса к медицине, развивать интерес к медицинским дисциплинам к профессиям, связанными с медициной, формирование здорового образа жизни.

### **Достижение этих целей обеспечивается решением следующих задач: воспитательные задачи:**

- воспитывать чувство ответственности, культуры безопасного поведения на дорогах и улицах.
- выработать у учащихся культуру безопасного поведения.
- формирование общественной активности личности, гражданской позиции.
- культуры общения и поведения в социуме,
- -воспитать у учащихся объективность самооценки; -воспитать потребности в творческом самовыражении; -познакомить учащихся с основами здорового образа жизни;
- воспитать ответственность и дисциплинированность;
- сформировать активную жизненную позицию
- научить детей ответственно относиться к своему здоровью.

### **развивающие задачи:**

- развитие мотивации к определенному виду деятельности, потребности в саморазвитии. самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности;
- развивать у учащихся умение ориентироваться в опасной ситуации
- находить в дополнительной литературе интересные и необходимые факты, связанные с сохранением и укреплением здоровья

### **образовательные задачи:**

- изучить основы специальной терминологии по медицине;
- сформировать устойчивые навыки оказания первой помощи;
- обучить способам оказания самопомощи и первой медицинской помощи;
- повысить интерес школьников к медицине;
- приобретение учащимися знаний об оказании первой медицинской помощи при травмах,
- несчастных случаях и внезапных заболеваниях, уходе за больными на дому, личной и общественной гигиене, научиться оказывать первую медицинскую помощь;

Полученные учащимися знания позволят укрепить их здоровье, предупредить развитие вредных привычек в условиях неблагоприятного окружения, возродить спортивные и оздоровительные традиции , как условие укрепления нравственных устоев личности.

Методы самоконтроля, способность выявить возможные нарушения здоровья и вовремя обратиться к врачу, оказать при необходимости доврачебную помощь, отказ от вредных привычек - важный шаг к сохранению здоровья и работоспособности.

### **Главные принципы программы**

1. Внеурочная деятельность не должна нарушать учебного процесса школы.
2. Использование наглядного пособия, ИКТ и всех средств наглядности.
3. Предполагает постепенное усложнение материала.
4. Добровольность участия в данном виде деятельности.

5. Активность и творческий подход к проведению мероприятий.
6. Доброжелательная и непринужденная обстановка работы кружка.

#### **Планируемые результаты:**

В результате освоения предметного содержания внеурочной деятельности «Первая помощь, основы ухода за больными» у учащихся предполагается формирование универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных, коммуникативных, личностных)

• **Познавательные УУД:** в предлагаемом курсе кружка изучаемые определения и правила становятся основой формирования умений выделять признаки и свойства объектов. В процессе поиска решения у учеников формируются и развиваются основные мыслительные операции (анализа, синтеза, классификации, сравнения, аналогии и т.д.), умения различать разнообразные явления, обосновывать этапы решения учебной задачи. производить анализ и преобразование информации.

• **Регулятивные УУД:** содержание кружка позволяет развивать и эту группу умений. В процессе работы ребенок учится самостоятельно определять цель своей деятельности, планировать её, самостоятельно двигаться по заданному плану, оценивать и корректировать полученный результат.

• **Коммуникативные УУД:** в процессе изучения материала кружка осуществляется знакомство с медицинским языком, формируются речевые умения: дети учатся 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.

#### **Личностные УУД:**

- развитие любознательности;
- развитие интеллектуальных и творческих способностей обучающихся;
- воспитание ответственного отношения к своему здоровью.
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей российского общества;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

#### **Ожидаемые результаты**

##### **Учащиеся должны знать:**

- способы оказания первой медицинской помощи.

##### **Уметь:**

- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему.

**Иметь навыки:**

- взаимной поддержки и выручки в совместной деятельности;
- участия в конкурсах, соревнованиях.
- активной жизненной позиции.

**Развитие значимых для данной деятельности личностных качеств:**

- Самостоятельности в принятии правильного решения;
- Здорового образа жизни и навыка самостоятельного физического совершенствования.

**Формы и методы контроля:**

- организация тестирования и контрольных опросов по медицине;
- проведение викторин, смотров знаний;
- организация игр-тренингов практической направленности;
- анализ результатов деятельности

**Аттестация учащихся**

Промежуточная аттестация проводится по окончании изучения каждого раздела, путем тестирования.

Итоговая аттестация - представляет собой оценку качества усвоения учащимися содержания дополнительной образовательной программы по итогам учебного года. Аттестация проходит в форме зачета.

Критериями выполнения программы служат: активность участия детей в пропаганде знаний, в конкурсах, в мероприятиях данной направленности, проявление творчества, самостоятельности

**Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов**

Журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, отзыв детей и родителей.

Содержание учебного курса внеурочной деятельности  
«Первая помощь, основы ухода за больными»

**Занятие № 1.** Организация. Цели и задачи внеурочной деятельности.

**Занятие № 2.** Опасные и чрезвычайные ситуации. Как научиться выявлять и предвидеть опасности.

**Занятие № 3.** Краткий обзор по системам и органам человека.

**Занятие № 4.** Антропометрия. Термометрия. Измерение пульса и АД. Значение показателей для состояния пострадавшего.

**Занятие № 5.** Оценка состояния пострадавшего с помощью объективных и субъективных показателей.

**Занятие № 6.** Виды медицинской помощи.

**Занятие № 7.** Правила забора анализов для исследований.

**Занятие № 8.** Способы применения лекарственных средств.

**Занятие № 9.** Парентеральный способ введения лекарственных средств. Инъекции. Виды. Правила.

**Занятие № 10. Практическое.** Отработка приемов парентерального введения лекарственных средств.

**Занятие № 11.** Личная гигиена пострадавшего, ее значение для выздоровления. Уход.

**Занятие № 12.** Восстановление дыхания. Искусственная вентиляция легких. Способы ИВЛ.

**Занятие № 13.** Восстановление кровообращения. Непрямой (наружный) массаж сердца.

**Занятие № 14. Практическое.** Отработка приемов восстановления дыхания и кровообращения.

**Занятие № 15.** Кровотечения, их опасность. Способы остановки.

**Занятие № 16. Практическое.** Отработка приемов остановки кровотечений.

**Занятие № 17.** Раны, виды, осложнения. Оказание первой медицинской помощи.

**Занятие № 18.** Методы и средства обработки ран. Виды дезинфицирующих средств. Правила обработки.

**Занятие № 19.** Содержимое медицинской аптечки для оказания неотложной помощи. Сроки годности лекарственных средств.

**Занятие № 20.** Асептика и антисептика. Виды антисептики.

**Занятие № 21.** Повязки. Виды повязок. Способы наложения.

**Занятие № 22. Практическое.** Отработка способа наложения повязок на голову, верхние конечности, туловище, нижние конечности.

**Занятие № 23.** Травматический шок. Степени. Прогноз. Первая медицинская помощь.

**Занятие № 24.** Анафилактический шок. Профилактика. Оказание первой медицинской помощи.

**Занятие № 25.** Обморок. Причины. Неотложная медицинская помощь.

**Занятие № 26.** Ушибы, вывихи, растяжения. Алгоритм оказания неотложной медицинской помощи.

**Занятие № 27.** Угарный газ. Бытовой газ. Первая помощь при отравлении.

**Занятие № 28.** Террористический акт. Как защитить себя. Возможные травмы. Алгоритм оказания первой медицинской помощи.

**Занятие № 29.** Оказание помощи пострадавшим при закупорке дыхательных путей.

**Занятие № 30.** Переломы. Виды. Алгоритм оказания неотложной медицинской помощи.

**Занятие № 31.** Транспортная иммобилизация. Табельные и подручные средства.

**Занятие № 32. Практическое.** Отработка приемов транспортной иммобилизации.

**Занятие № 33.** Ранения органов грудной и брюшной полости. Признаки. Оказание неотложной помощи.

**Занятие № 34.** Итоговое. Подготовка рефератов.

Тематическое планирование по учебному курсу внеурочной деятельности  
«Первая помощь, основы ухода за больными»

Наименование занятий	Количество часов			Формы организации занятий
	Все го	Те ория	Практ ика	
<b>Занятие № 1.</b> Организация. Цели и задачи внеурочной деятельности.	1	1	-	Беседа
<b>Занятие № 2.</b> Опасные и чрезвычайные ситуации. Как научиться выявлять и предвидеть опасности.	1	1	-	Лекция с использованием плакатов. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 3.</b> Краткий обзор по системам и органам человека.	1	1	-	Лекция. Составление таблиц. Использование анатомического атласа. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 4.</b> Антропометрия. Термометрия. Измерение пульса и АД. Значение показателей для состояния пострадавшего.	1	1	-	Лекция. Практикум. Сравнительный анализ. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 5.</b> Оценка состояния пострадавшего с помощью объективных и субъективных показателей.	1	1	-	Лекция. Составление таблицы. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 6.</b> Виды медицинской помощи.	1	1	-	Лекция. Ноутбуки «Мобильного класса».



<b>Занятие № 7.</b> Правила забора анализов для исследований.	1	1	-	Лекция. Работа в парах. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 8.</b> Способы применения лекарственных средств.	1	1	-	Лекция. Показ демонстрационных таблиц. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 9.</b> Парентеральный способ введения лекарственных средств. Инъекции. Виды. Правила.	1	1	-	Лекция. Работа в парах. Ознакомление с методами и средствами. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 10. Практическое.</b> Отработка приемов перентерального введения лекарственных средств.	1	-	1	Работа в парах. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 11.</b> Личная гигиена пострадавшего, ее значение для выздоровления. Уход.	1	1	-	Лекция. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 12.</b> Восстановление дыхания. Искусственная вентиляция легких. Способы ИВЛ.	1	1	-	Лекция. Составление таблиц. Использование тренажера-манекена для отработки сердечно-легочной реанимации Александр («Точка роста»)
<b>Занятие № 13.</b> Восстановление кровообращения. Непрямой (наружный) массаж сердца.	1	1	-	Лекция. Составление таблиц. Использование тренажера-манекена для отработки сердечно-легочной реанимации Александр («Точка роста»).
<b>Занятие № 14. Практическое.</b> Отработка приемов восстановления дыхания и кровообращения.	1	-	1	Работа с тренажером Александр («Точка роста»).
<b>Занятие № 15.</b> Кровотечения, их опасность. Способы остановки.	1	1	-	Лекция. Решение ситуационных задач. Использование табельных средств для оказания первой

				медицинской помощи («Точка роста»).
<b>Занятие № 16. Практическое.</b> Отработка приемов остановки кровотечений.	1	-	1	Работа в парах. Использование табельных средств для оказания первой медицинской помощи («Точка роста»).
<b>Занятие № 17.</b> Раны, виды, осложнения. Оказание первой медицинской помощи.	1	1	-	Лекция. Составление таблицы. Показ плакатов. Решение ситуационных задач. Использование табельных средств для оказания первой медицинской помощи («Точка роста»).
<b>Занятие № 18.</b> Методы и средства обработки ран. Виды дезинфицирующих средств. Правила обработки.	1	1	-	Лекция. Демонстрация дезсредств. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 19.</b> Содержание медицинской аптечки для оказания неотложной помощи. Сроки годности лекарственных средств.	1	1	-	Лекция. Демонстрация аптечки («Точка роста»).
<b>Занятие № 20.</b> Асептика и антисептика. Виды антисептики.	1	1	-	Лекция. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 21.</b> Повязки. Виды повязок. Способы наложения.	1	1	-	Лекция. Демонстрация средств (аптечка «Точка роста»).
<b>Занятие № 22. Практическое.</b> Отработка способа наложения повязок на голову, верхние конечности, туловище, нижние конечности.	1	-	1	Работа в парах. Работа с тренажером. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 23.</b> Травматический шок. Степени. Прогноз. Первая медицинская помощь.	1	1	-	Лекция. Решение ситуационных задач. Использование табельных средств для оказания первой медицинской помощи («Точка роста»).
<b>Занятие № 24.</b> Анафилактический шок. Профилактика. Оказание первой медицинской помощи.	1	1	-	Лекция. Решение ситуационных задач. Использование табельных средств для оказания первой медицинской помощи

				(«Точка роста»).
<b>Занятие № 25.</b> Обморок. Причины. Неотложная медицинская помощь.	1	1	-	Лекция. Решение ситуационных задач.
<b>Занятие № 26.</b> Ушибы, вывихи, растяжения. Алгоритм оказания неотложной медицинской помощи.	1	1	-	Лекция. Решение ситуационных задач. Использование табельных средств для оказания первой медицинской помощи, шина, воротник шейный («Точка роста»).
<b>Занятие № 27.</b> Угарный газ. Бытовой газ. Первая помощь при отравлении.	1	1	-	Лекция. Решение ситуационных задач. Использование табельных средств для оказания первой медицинской помощи («Точка роста»).
<b>Занятие № 28.</b> Террористический акт. Как защитить себя. Возможные травмы. Алгоритм оказания первой медицинской помощи.	1	1	-	Лекция. Составление таблицы. Использование плакатов. Ноутбуки «Мобильного класса».
<b>Занятие № 29.</b> Оказание помощи пострадавшим при закупорке дыхательных путей.	1	1	-	Лекция. Практикум. Использование тренажера-манекена для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей («Точка роста»).
<b>Занятие № 30.</b> Переломы. Виды. Алгоритм оказания неотложной медицинской помощи.	1	1	-	Лекция. Показ демонстрационных таблиц. Использование шин, шейного воротника («Точка роста»).
<b>Занятие № 31.</b> Транспортная иммобилизация. Табельные и подручные средства.	1	1	-	Лекция. Демонстрация табельных и подручных средств. Использование шин, шейного воротника («Точка роста»).
<b>Занятие № 32.</b> Практическое.	1	-	1	Работа в парах.

Отработка приемов транспортной иммобилизации.				Работа с тренажером. Использование шин, шейного воротника («Точка роста»).
<b>Занятие № 33.</b> Ранения органов грудной и брюшной полости. Признаки. Оказание неотложной помощи.	1	1	-	Лекция. Анализ. Решение ситуационных задач. Использование табельных средств для оказания первой медицинской помощи («Точка роста»).
<b>Занятие № 34.</b> Итоговое. Подготовка рефератов.	1	1	-	Рефераты. Творческие работы. Ноутбуки «Мобильного класса».
Итого	34	29	5	

Планируемые результаты освоения учебного курса внеурочной деятельности  
«Первая помощь, основы ухода за больными»

**Личностные результаты:**

- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

**Показатель сформированности:**

- Стремится вести здоровый образ жизни и обосновывает приоритет здорового образа жизни.
- Проводит наблюдение за состоянием своего организма.
- Формирование готовности и приобретение знаний для своевременного и правильного оказания неотложной медицинской помощи.
- Учащийся знает способы оказания неотложной медицинской помощи при различных неотложных состояниях.
- Стремится оказать помощь правильно и своевременно

Предметные результаты, 5 – 8 классы

При изучении курса «Первая помощь, основы ухода за больными» в 5 – 8 классах ученик научится:

- выполнять общие диагностические процедуры;
- выполнять общие лечебно-профилактические процедуры;
- правилам забора анализов для лабораторных исследований;
- способам применения лекарственных средств;
- правилам оказания неотложной медицинской помощи при различных неотложных состояниях.

Ученик получит возможность научиться:

- восстановлению дыхания и кровообращения (реанимации);
- самостоятельно оказать неотложную помощь при артериальном кровотечении;
- знать термин «терминальные состояния» и научиться различать их;

- знать содержание семейной аптечки;
- готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само – и взаимопомощи при часто встречающихся в быту повреждениях и травмах для учащихся начальной школы в рамках внеурочной деятельности.

Метапредметные результаты, 5 – 8 классы:

В ходе изучения курса внеурочной деятельности «Первая помощь, основы ухода за больными» у учащегося 5 – 8 классов будут сформированы:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

**Показатель:** Самостоятельно формулирует для себя новые задачи у учёбе и познавательной деятельности.

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.

**Показатель:** Самостоятельно планирует учебную деятельность в зависимости от цели. Оценивает свою деятельность.

-владение основами самоконтроля, самооценки.

**Показатель:** Самостоятельно осознаёт причины успеха и неуспеха.

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях. Оказание первой помощи пострадавшим.

**Показатель:** Владеет приёмами действий в опасных и чрезвычайных ситуациях, умеет оказать первую помощь пострадавшим.