



**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**дополнительной профессиональной программы повышения квалификации**  
**«Первая помощь в активном туризме и рекреации»**

Форма обучения: очно-заочная, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.  
 Срок обучения: 36 часов.

№ п/п	Наименование модулей (дисциплин)	Общая трудоемкость, ч	Всего контактн., ч	Контактные часы		СРС, ч	Формы контроля
				Лекции	Практические и семинарские занятия		
1	Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	4	2	2	-	2	Зачет
2	Оказание первой помощи при наружных кровотечениях	6	3	2	1	3	Зачет
3	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	6	3	2	1	3	Зачет
4	Оказание первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, прочих состояниях	6	4	2	2	2	Зачет
5	Транспортировка и эвакуация пострадавшего силами группы с использованием подручных средств	4	2	1	1	2	Зачет
6	Решение ситуационных задач	8	4	-	4	4	Зачет
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>Зачет. Итоговое тестирование</b>
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>18</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>18</b>	

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
**дополнительной профессиональной программы повышения квалификации**  
**«Первая помощь в активном туризме и рекреации»**

Категория слушателей: сотрудники туристских, рекреационных, оздоровительных, физкультурных организаций и иные граждане, занимающиеся активным туризмом, рекреацией, физической культурой, иные специалисты, интересующиеся сферой туризма, физической культуры, спорта.

Форма обучения: очно-заочная, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий: 18 часов в неделю.

№ п/п	Наименование модулей (курсов)	Общая трудоемкость, ч	Всего контактн., ч	Контактные часы		СРС, ч	Результаты обучения
				Лекции	Практ. и семинарские занятия		
1	Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	4	2	2	-	2	PO1
2	Оказание первой помощи при наружных кровотечениях	6	3	2	1	3	PO1
3	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	6	3	2	1	3	PO1
4	Оказание первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, прочих состояниях	6	4	2	2	2	PO1
5	Транспортировка и эвакуация пострадавшего силами группы с использованием подручных средств	4	2	1	1	2	PO1
6	Решение ситуационных задач	8	4	-	4	4	PO1
	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>PO1</b>
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>18</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>18</b>	

**Календарный учебный график  
дополнительной профессиональной программы повышения квалификации  
«Первая помощь в активном туризме и рекреации»**

Наименование модулей (курсов)	Неделя	Объем учебной нагрузки, ч.	Виды занятий (количество часов)			
			Лекции	Практ. и семинарские занятия	СРС	Итоговый контроль
Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	1-2	2	2	-	2	Зачет
Оказание первой помощи при наружных кровотечениях	1-2	3	2	1	3	Зачет
Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	1-2	3	2	1	3	Зачет
Оказание первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, прочих состояниях	1-2	4	2	2	2	Зачет
Транспортировка и эвакуация пострадавшего силами группы с использованием подручных средств	1-2	2	1	1	2	Зачет
Решение ситуационных задач	1-2	4	-	4	4	Зачет
Итоговая аттестация	1-2	2	-	-	2	Зачет

# **I. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

## **1.1. Аннотация программы**

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Федерального [закона](#) от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03 мая 2024 г. № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 31 мая 2024 г., регистрационный № 78363).

## **1.2. Цель программы**

Цель программы повышения квалификации — формирование у обучающихся готовности к оказанию первой помощи в активном туризме и рекреации.

## **1.3. Компетенции (трудовые функции) в соответствии с профессиональным стандартом (формирование новых или совершенствование имеющихся)**

В соответствии с профессиональным стандартом 33.023 «Инструктор-проводник», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации N 914н от 24 декабря 2021 года, программа направлена на формирование и (или) совершенствование следующих трудовых функций:

A/03.5 Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

B/03.5 Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях альпинизмом и горным туризмом.

D/03.5 Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях водным туризмом.

## **1.4. Планируемые результаты обучения**

После завершения обучения на данном модуле слушатели будут способны:

PO1. Выполнять мероприятия по оказанию первой помощи пострадавшему в зависимости от характера травм, ранений, отравлений, укусов или ужаливаний ядовитых животных, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью:

- оценивать количество пострадавших;
- проводить обзорный осмотр пострадавшего для выявления продолжающегося наружного кровотечения;

- определять признаки кровопотери;
- определять наличие сознания у пострадавшего;
- определять наличие дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;
- проводить подробный осмотр и опрос (при наличии сознания) пострадавшего для выявления признаков травм, ранений, отравлений, укусов или ужаливаний ядовитых животных, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью: головы, шеи, груди, спины, живота и таза, конечностей;
- осуществлять контроль состояния пострадавшего (наличие сознания, дыхания, кровообращения и отсутствие наружного кровотечения);
- устранять факторы, представляющие непосредственную угрозу для жизни и здоровья пострадавшего (пострадавших), а также участников оказания первой помощи и окружающих лиц, в том числе предотвращать дополнительное травмирование пострадавшего (пострадавших);
- информировать пострадавшего и окружающих о готовности оказывать первую помощь, а также о начале проведения мероприятий по оказанию первой помощи;
- устранять воздействие повреждающих факторов на пострадавшего;
- извлекать пострадавшего из труднодоступных мест и перемещать его в безопасное место;
- обеспечивать проходимость дыхательных путей при их закупорке инородным телом;
- выполнять временную остановку наружного кровотечения: прямое давление на рану, наложение давящей повязки, наложение кровоостанавливающего жгута;
- восстанавливать проходимость дыхательных путей запрокидыванием головы с подъемом подбородка;
- призывать окружающих (при их наличии) для содействия оказанию первой помощи, вызывать скорую медицинскую помощь, другие специальные службы, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь;
- проводить сердечно-легочную реанимацию;
- поддерживать проходимость верхних дыхательных путей приданием устойчивого бокового положения; запрокидыванием и удержанием запрокинутой головы пострадавшего с подъемом подбородка;
- придавать и поддерживать оптимальное положение тела пострадавшего;
- осуществлять контроль состояния пострадавшего;
- оказывать пострадавшему психологическую поддержку;
- передавать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или иными нормативными правовыми актами;
- транспортировать пострадавшего силами группы с использованием подручных средств.

### **1.5. Категория слушателей**

Сотрудники туристских, рекреационных, оздоровительных, физкультурных организаций и иные граждане, занимающиеся активным туризмом, рекреацией, физической культурой, иные специалисты, интересующиеся сферой туризма, физической культуры, спорта.

### **1.6. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение**

Среднее профессиональное образование и/или высшее образование или получение высшего образования на момент обучения на программе (справка об обучении).

### **1.7. Продолжительность обучения: 36 часов.**

### **1.8. Форма обучения**

Очно-заочная, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

### **1.9. Требования к материально-техническому обеспечению, необходимому для реализации дополнительной профессиональной программы повышения квалификации (требования к аудитории, компьютерному классу, программному обеспечению)**

Наличие материально-технической базы для проведения лекционных и практических занятий: оборудованные аудитории для лекционных занятий (с мультимедийными комплексами: проекторами, экранами, компьютерами с доступом к интернету и презентационным ПО). Помещения для групповой и индивидуальной практической работы.

### **1.10. Особенности (принципы) построения дополнительной профессиональной программы повышения квалификации**

Программа «Первая помощь в активном туризме и рекреации» — это комплекс мероприятий, направленных на формирование у населения готовности к оказанию первой помощи.

В поддержку программы разработан электронный курс «Первая помощь в активном туризме и рекреации» в системе электронного обучения СФУ «e-Курсы» (<https://e.sfu-kras.ru/>).

### **1.11. Документ об образовании:**

По результатам успешного освоения программы, слушателям с СПО и ВО выдается удостоверение о повышении квалификации установленного образца.

## **II. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

Обучение по программе реализовано в формате смешанного обучения, с применением активных технологий совместного обучения в электронной среде (асинхронные занятия). Лекции и практические занятия проводятся в очном формате. Лекции можно изучить самостоятельно в электронной среде. На практических занятиях очно отрабатываются приемы оказания первой помощи. По каждому модулю - самостоятельное изучение дополнительных материалов и прохождение тренировочных тестов.

### **2.1. Материально-технические условия реализации дисциплины**

Материально-техническое обеспечение программы включает специализированные учебные средства для практических занятий по оказанию первой помощи и реанимации: тренажер-манекен пострадавшего для отработки приемов сердечно-легочной реанимации; набор имитаторов травм и повреждений (модели переломов, ран, ожогов для реалистичной симуляции); аптечка первой помощи с сертифицированными изделиями (бинты, жгуты, шины, маски для ИВЛ); расходные материалы (одноразовые перчатки, салфетки, дезинфицирующие средства в достаточном объеме для всех слушателей).

### **2.2. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

Программа включает занятия лекционного типа, активные и ситуативные методы обучения.

По программе разработан электронный учебно-методический комплекс (УМК) — электронный курс в системе электронного обучения СФУ «e-Курсы». Обучающиеся могут дополнить представленные материалы, подключая к учебной работе иные источники информации, освещающие обсуждаемые проблемы.

### **2.3. Содержание комплекта учебно-методических материалов**

Учебно-методический комплекс содержит: систему навигации по программе (учебно-тематический план, интерактивный график работы по программе, сведения о результатах обучения, о преподавателе дисциплины, чат для объявлений и вопросов преподавателю), набор презентации к лекциям, набор ссылок на внешние образовательные ресурсы и инструменты, систему заданий с подробными инструкциями, списки основной и дополнительной литературы. В электронном курсе реализована система обратной связи, а также онлайн-площадки для взаимного обучения.

### **2.4. Виды и содержание самостоятельной работы**

Выполнение самостоятельной работы слушателями предполагается в дистанционном режиме в рамках электронного курса, размещенного

в системе электронного обучения СФУ. Самостоятельно слушателями изучаются дополнительные материалы по темам курса, а также краткие резюмирующие материалы, дополнительные инструкции в различных форматах (видео, скринкасты, подкасты, интерактивные справочники, текстовые пояснения).

Также слушатели самостоятельно проводят анализ и систематизацию материала в рамках выполнения практических заданий и решения ситуаций. Для оценки уровня усвоения изученного учебного материала, слушатели проходят контрольные тесты.

### **III. КАДРОВЫЕ УСЛОВИЯ**

Руководитель программы:

*Лочехин Александр Валерьевич*, старший преподаватель кафедры теоретических основ физической культуры и туризма Института физической культуры, спорта и туризма Сибирского федерального университета.

Преподаватели программы:

*Ашмарин Александр Юрьевич*, спасатель 1 класса краевого государственного казенного учреждения «Спасатель».

*Лочехин Александр Валерьевич*, старший преподаватель кафедры теоретических основ физической культуры и туризма Института физической культуры, спорта и туризма Сибирского федерального университета.

*Надейкин Иван Викторович*, кандидат технических наук, доцент кафедры топливообеспечения и горюче-смазочных материалов Института нефти и газа Сибирского федерального университета.

*Соболев Станислав Владимирович*, кандидат педагогических наук, доцент кафедры теоретических основ физической культуры и туризма Института физической культуры, спорта и туризма Сибирского федерального университета.

## IV. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### *Основная литература*

1. Российская Федерация. Законы. Об основах охраны здоровья граждан в РФ (с изм. и дополн.): Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ: КонсультантПлюс: справочная правовая система. – URL: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_121895/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_121895/).
2. Российская Федерация. Приказы. Об утверждении Порядка оказания первой помощи: Приказ Минздрава России от 03.05.2024 № 320н: КонсультантПлюс: справочная правовая система. – URL: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_477698/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_477698/).
3. Первая помощь: учеб. пособие для лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь / Л.И. Дежурный, Ю.С. Шойгу, С.А. Гуменюк, Г.В. Неудахин [и др.]. – М.: ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Минздрава России, 2018. – 97 с. – URL: <https://docs.edu.gov.ru/document/930577efb01edcf253c78c7ae08a4873/download/2460/>.

### *Дополнительная литература*

1. Российская Федерация. Приказы. Об утверждении требований к комплектации аптечки для оказания первой помощи с применением медицинских изделий инструктором-проводником при прохождении туристских маршрутов, требующих специального сопровождения: Приказ Минздрава России от 24.05.2024 № 256н: КонсультантПлюс: справочная правовая система. – URL: [https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_478015/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_478015/).

## V. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

### **5.1. Формы аттестации, оценочные материалы, методические материалы**

Программа предусматривает проведение текущей и итоговой аттестации. Текущая аттестация слушателей проводится на основе оценки выполнения тестов и заданий в ЭОК.

### **5.2. Требования и содержание итоговой аттестации**

Итоговая аттестация проводится в формате итогового теста, который состоит из 20 вопросов (1–20 баллов). Чтобы получить оценку «зачтено», нужно дать не менее чем 55 % верных ответов — набрать не менее 11 баллов.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**дисциплины (модуля)**  
**«Первая помощь в активном туризме и рекреации»**

**1. Аннотация**

Данный модуль затрагивает организационно-правовые вопросы оказания первой помощи в рекреации и активном туризме.

**Цель модуля (результаты обучения)**

В результате успешного освоения дисциплины (модуля) слушатели будут способны:

РО1. Выполнять мероприятия по оказанию первой помощи пострадавшему в зависимости от характера травм, ранений, отравлений, укусов или ужаливаний ядовитых животных, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью:

- оценивать количество пострадавших;
- проводить обзорный осмотр пострадавшего для выявления продолжающегося наружного кровотечения;
- определять признаки кровопотери;
- определять наличие сознания у пострадавшего;
- определять наличие дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;
- проводить подробный осмотр и опрос (при наличии сознания) пострадавшего для выявления признаков травм, ранений, отравлений, укусов или ужаливаний ядовитых животных, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью: головы, шеи, груди, спины, живота и таза, конечностей;
- осуществлять контроль состояния пострадавшего (наличие сознания, дыхания, кровообращения и отсутствие наружного кровотечения);
- устранять факторы, представляющие непосредственную угрозу для жизни и здоровья пострадавшего (пострадавших), а также участников оказания первой помощи и окружающих лиц, в том числе предотвращать дополнительное травмирование пострадавшего (пострадавших);
- информировать пострадавшего и окружающих о готовности оказывать первую помощь, а также о начале проведения мероприятий по оказанию первой помощи;
- устранять воздействие повреждающих факторов на пострадавшего;
- извлекать пострадавшего из труднодоступных мест и перемещать его в безопасное место;
- обеспечивать проходимость дыхательных путей при их закупорке инородным телом;
- выполнять временную остановку наружного кровотечения: прямое давление на рану, наложение давящей повязки, наложение кровоостанавливающего жгута;

- восстанавливать проходимость дыхательных путей запрокидыванием головы с подъемом подбородка;
- призывать окружающих (при их наличии) для содействия оказанию первой помощи, вызывать скорую медицинскую помощь, другие специальные службы, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь;
- проводить сердечно-легочную реанимацию;
- поддерживать проходимость верхних дыхательных путей приданием устойчивого бокового положения; запрокидыванием и удержанием запрокинутой головы пострадавшего с подъемом подбородка;
- придавать и поддерживать оптимальное положение тела пострадавшего;
- осуществлять контроль состояния пострадавшего;
- оказывать пострадавшему психологическую поддержку;
- передавать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или иными нормативными правовыми актами;
- транспортировать пострадавшего силами группы с использованием подручных средств.

## 2. Содержание

№, наименование темы	Содержание лекций (кол-во часов)	Наименование практических (семинарских занятий) (кол-во часов)	Виды СРС (кол-во часов)
<b>Первая помощь в активном туризме и рекреации (36 часов)</b>			
1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи (4 ч.)	<p>Организация оказания первой помощи в РФ.</p> <p>Нормативно-правовая база, определяющая права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи.</p> <p>Современные аптечки, укладки, комплекты и наборы средств и устройств, использующиеся для оказания первой помощи.</p> <p>Основные компоненты, их назначение.</p> <p>Порядок оказания первой помощи.</p> <p>Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.</p> <p>Перечень мероприятий по оказанию первой помощи и последовательность их выполнения.</p> <p>Обеспечение безопасных условий для оказания первой</p>		<p>Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи.</p> <p><i>Самостоятельное изучение материалов по теме (2 ч.)</i></p>

№, наименование темы	Содержание лекций (кол-во часов)	Наименование практических (семинарских занятий) (кол-во часов)	Виды СРС (кол-во часов)
	<p>помощи.            Приоритетность оказания первой помощи. Основные правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь (2 ч.)</p>		
<p>2. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях (6 ч.)</p>	<p>Кровотечение, признаки кровопотери.            Признаки наружного кровотечения. Обзорный осмотр пострадавшего.            Способы временной остановки наружного кровотечения.            Прямое давление на рану.            Наложение давящей повязки.            Особенности наложения давящей повязки при наличии инородного тела в ране.            Наложение кровоостанавливающего жгута.            Последовательность выполнения мероприятий по остановке кровотечения.            Остановка кровотечения при ранении головы.            Остановка кровотечения при ранении шеи.            Остановка кровотечения при ранении грудной клетки.            Остановка кровотечения при ранении живота и таза.            Остановка кровотечения при ранении конечностей.            Остановка кровотечения при ранении смежных зон (2 ч.)</p>	<p>Отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего.            Отработка последовательности и приемов временной остановки наружного кровотечения при ранении головы, шеи, груди, живота, конечностей и смежных зон с помощью прямого давления на рану.            Отработка наложения давящей повязки при ранении головы, груди, живота, конечностей и смежных зон.            Отработка приемов наложения табельных и импровизированных кровоостанавливающих жгутов разных конструкций при ранении конечностей.            Отработка приемов наложения давящей повязки с фиксацией инородного предмета в ране живота, груди, конечностей (1 ч.)</p>	<p>Оказание первой помощи при наружных кровотечениях  <i>Самостоятельное изучение материалов по теме</i> (3 ч.)</p>
<p>3. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и</p>	<p>Причины нарушения дыхания и кровообращения.            Признаки жизни и правила их определения.            Последовательность и техника проведения сердечно-легочной</p>	<p>Отработка последовательности выполнения реанимационных мероприятий.            Оценка обстановки</p>	<p>Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и</p>

№, наименование темы	Содержание лекций (кол-во часов)	Наименование практических (семинарских занятий) (кол-во часов)	Виды СРС (кол-во часов)
кровообращению (6 ч.)	<p>реанимации.  Прекращение сердечно-легочной реанимации.  Ошибки и осложнения, возникающие при выполнении реанимационных мероприятий.  Особенности сердечно-легочной реанимации у детей.  Использование автоматического наружного дефибриллятора (при его наличии).  Поддержание проходимости дыхательных путей.  Нарушение проходимости верхних дыхательных путей, вызванное инородным телом.  Особенности оказания первой помощи тучному пострадавшему, беременной женщине и ребёнку.  Первая помощь при иных угрожающих жизни и здоровью нарушениях дыхания (2 ч.)</p>	<p>на месте происшествия.  Отработка навыков определения сознания у пострадавшего.  Отработка приёмов восстановления проходимости верхних дыхательных путей.  Оценка признаков жизни у пострадавшего.  Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб.  Отработка приёмов давления руками на грудину пострадавшего.  Отработка приёмов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств для искусственного дыхания.  Отработка приёма перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение.  Отработка применения автоматического наружного дефибриллятора.  Отработка приёмов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего (1 ч.)</p>	<p>кровообращения  . <i>Самостоятельное изучение материалов по теме (3 ч.)</i></p>
4. Оказание первой помощи при травмах,	Цель, последовательность и техника подробного осмотра и опроса пострадавшего.	Проведение подробного осмотра пострадавшего.	Оказание первой помощи при травмах,

№, наименование темы	Содержание лекций (кол-во часов)	Наименование практических (семинарских занятий) (кол-во часов)	Виды СРС (кол-во часов)
ранениях и поражениях, прочих состояниях (6 ч .)	<p>Основные состояния, с которыми может столкнуться участник оказания первой помощи.</p> <p>Травмы головы.</p> <p>Травмы шеи.</p> <p>Травмы грудной клетки.</p> <p>Особенности наложения повязок при травме груди, наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки.</p> <p>Травмы живота и таза.</p> <p>Особенности наложения повязок на рану при выпадении органов брюшной полости.</p> <p>Травмы конечностей.</p> <p>Травмы позвоночника.</p> <p>Поражения, вызванные термическими факторами.</p> <p>Поверхностные и глубокие термические ожоги.</p> <p>Ожог верхних дыхательных путей.</p> <p>Перегревание.</p> <p>Отморожение.</p> <p>Переохлаждение.</p> <p>Поражения, вызванные химическими факторами.</p> <p>Поражения, вызванные электрическими факторами.</p> <p>Воздействие излучения.</p> <p>Отравления.</p> <p>Укусы и ужаливания ядовитых животных.</p> <p>Судорожный приступ с потерей сознания.</p> <p>Помощь пострадавшему в принятии лекарственных препаратов.</p> <p>Придание и поддержание оптимального положения тела пострадавшего.</p> <p>Контроль состояния пострадавшего.</p> <p>Психологическая поддержка пострадавшего.</p> <p>Транспортировка</p>	<p>Отработка наложения окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки.</p> <p>Отработка приемов наложения повязок при наличии инородного предмета в ране живота, груди, конечностей.</p> <p>Отработка приёмов первой помощи при переломах.</p> <p>Иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация, с использованием медицинских изделий, обездвиживание руками травмированных частей тела).</p> <p>Отработка приемов фиксации шейного отдела позвоночника.</p> <p>Отработка приемов наложения повязок при ожогах различных областей тела.</p> <p>Применение местного охлаждения.</p> <p>Отработка приемов наложения термоизолирующей повязки при отморожениях.</p> <p>Отработка приемов придания оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной</p>	<p>ранениях и поражениях, прочих состояниях.</p> <p><i>Самостоятельное изучение материалов по теме (2 ч.)</i></p>

№, наименование темы	Содержание лекций (кол-во часов)	Наименование практических (семинарских занятий) (кол-во часов)	Виды СРС (кол-во часов)
	<p>пострадавшего.            Передача пострадавшего выездной бригаде скорой медицинской помощи, медицинской организации, специальным службам (2 ч.)</p>	<p>кровопотере.            Отработка приемов экстренного извлечения пострадавшего из труднодоступного места, отработка основных приёмов (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания).            Отработка приемов перемещения пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи. Отработка приемов перемещения пострадавших с травмами головы, шеи, груди, живота, таза, конечностей и позвоночника.            Отработка приемов оказания психологической поддержки пострадавшим при различных острых стрессовых реакциях.            Способы самопомощи в экстремальных ситуациях (2 ч.)</p>	
<p>5. Транспортировка и эвакуация пострадавшего силами группы с использованием подручных средств (4 ч.)</p>	<p>Транспортировка условно пострадавшего туриста с помощью имеющегося снаряжения и подручных средств (1 ч.)</p>	<p>Отработка способов и изготовление средств для транспортировки пострадавшего (1 ч.)</p>	<p>Основные способы транспортировки пострадавшего.  <i>Самостоятельное изучение материалов по теме</i> (2 ч.)</p>
<p>6. Решение ситуационных задач (8 ч.)</p>		<p>Решение ситуационных задач по оказанию первой помощи (4 ч.)</p>	<p>Ситуационные задачи.  <i>Самостоятельное изучение</i></p>

№, наименование темы	Содержание лекций (кол-во часов)	Наименование практических (семинарских занятий) (кол-во часов)	Виды СРС (кол-во часов)
			<i>материалов по теме (4 ч.)</i>
Итоговая аттестация (2 ч.)			Тестирование (2 ч.)

### **3. Оценка качества освоения дисциплины (формы аттестации, оценочные и методические материалы)**

Форма аттестации — зачет.

Текущая аттестация слушателей проводится на основе оценки выполнения тестов и заданий в ЭОК.

К итоговой аттестации допускаются слушатели, выполнившие учебный план программы, домашние самостоятельные задания в каждом разделе.

Итоговая аттестация проводится в формате итогового теста, который состоит из 20 вопросов (1–20 баллов). Чтобы получить оценку «зачтено», нужно дать не менее чем 55 % верных ответов — набрать не менее 11 баллов.

#### ***Задания для самостоятельной работы***

В самостоятельную работу входит изучение материалов курса, поиск необходимой нормативно-правовой и иной информации по темам лекций, выполнение тестовых заданий.

#### **Примеры тестовых заданий к лекциям**

1. Во время оказания первой помощи пострадавший внезапно побледнел, перестал реагировать на окружающее. Укажите, с чего вы начнете оказывать первую помощь.

- 1) проверите признаки дыхания;
- 2) откроете дыхательные пути;
- 3) позовете помощника;
- 4) начнете компрессию грудной клетки;
- 5) проверите признаки сознания (потрясите пострадавшего и спросите: «Что с вами?»);
- 6) осмотрите пострадавшего.

2. Правильная глубина вдоха искусственного дыхания при проведении сердечно-легочной реанимации контролируется по следующему признаку:

- 1) начало подъема грудной клетки;
  - 2) начало подъема живота;
  - 3) максимальное раздувание грудной клетки;
  - 4) появление сопротивления при выполнении вдоха.
- 5) При наличии у пострадавшего признаков артериального кровотечения из области запястья предпочтительно:
- 6) наложить кровоостанавливающий жгут ближе к ране;
  - 7) выполнить прямое давление на рану, наложить давящую повязку;

8) вложить бинт в локтевую ямку и выполнить максимальное сгибание конечности в суставе.

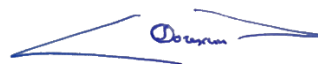
Программу составили:

Канд. пед. наук, доцент кафедры теоретических основ и менеджмента физической культуры и туризма СФУ



А.В. Берлякова

Старший преподаватель кафедры теоретических основ и менеджмента физической культуры и туризма СФУ



А.В. Лочехин

Канд. пед. наук, доцент кафедры теоретических основ и менеджмента физической культуры и туризма СФУ



С.В. Соболев

Руководитель программы:

старший преподаватель кафедры теоретических основ и менеджмента физической культуры и туризма СФУ



А.В. Лочехин