


**ЧАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ
И БЕЗОПАСНОСТИ «СТРЕЛКОВЫЙ КЛУБ БРЯНСК»**

ПОДГОТОВЛЕНО
Заместитель директора
по учебно-методической
работе
 Н.С.Пронузо

РАССМОТРЕНО
Заседание педагогического совета, протокол № 68 от «30» 12 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ЧУ ДПО
«СК Брянск»
С.В. Башмак
Приказ № 5 от «09» 01 2023



**Дополнительная
профессиональная программа повышения квалификации
«Программа профессиональной переподготовки по
специальности «Инструктор по обучению первой помощи»**

Брянская область, Брянский район, с. Октябрьское

2023 г

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность. Количество пострадавших и экономические потери, связанные с последствиями дорожно-транспортных, техногенных, природных и прочих катастроф, продолжают возрастать. Одним из путей снижения последствий травматизма является оказание первой помощи силами очевидцев происшествия и сотрудниками различных спасательных служб, актуальность чего подтверждена многочисленными исследованиями.

ФЗ от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» определяют первую помощь как особый вид помощи, отличный от медицинской. Участниками оказания первой помощи являются лица, обязанные ее оказывать по закону, и лица, оказывающие первую помощь добровольно, имеющие подготовку в области первой помощи.

В случае, если причастный, заведомо оставил без возможности получения помощи пострадавшего, находящегося в беспомощном состоянии, он может быть привлечен к уголовной ответственности согласно ст. 125 «Оставление в опасности» Уголовного кодекса РФ. Данная норма применима, если покинул место происшествия, осознавая опасность состояния пострадавшего для жизни и здоровья и невозможность получения им помощи, например, в безлюдной местности.

Первая помощь – это комплекс медико-организационных мероприятий, проводимых пострадавшему (пострадавшим) на месте происшествия. Целями оказания первой помощи являются устранение и предупреждение развития состояний, которые могут угрожать жизни и здоровью пострадавших и окружающих.

Ценность данной образовательной программы (Далее-Программа) заключается в том, что инструктор по обучению первой помощи имеет возможность передавать знания в образовательных, спортивных и иных организациях, проводить инструктажи на производствах и в учреждениях любой формы собственности в составе микрогрупп, а также являться членом комиссии по проверке знаний первой помощи.

Вышесказанное свидетельствует об актуальности образовательной программы профессиональной переподготовки «**Инструктор по обучению первой помощи**».

Цель данной Программы:

Программа имеет целью формирование у обучающихся профессиональных компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности, приобретения новой квалификации.

Ожидаемый конечный результат

В результате освоения Программы обучающиеся должны овладеть необходимой системой знаний, умений и навыков по оказанию первой помощи, способами организации занятий в микрогруппах и методикой преподавания первой помощи.

По результатам освоения Программы обучающиеся должны знать:

- методику преподавания предмета
- принципы организации обучения персонала в составе микрогрупп
- порядок разработки методических рекомендаций и литературы для проведения обучения
- навыки оказания первой помощи при различных травмах и состояниях
- навыки поведения в экстремальных ситуациях
- виды и способы применения медицинского оборудования при оказании первой помощи.

уметь:

- оказывать первую помощь с использованием необходимых медицинских и подручных средств и оборудования для оказания первой помощи
- проводить занятия с использованием наглядных пособий и с применением робота-тренажера
- использовать полученные знания в профессиональной деятельности.

Условия реализации Программы

Количество учебных часов для обучения, включая итоговую аттестацию - **260 часов**.

Для проведения теоретических занятий используется учебный кабинет, соответствующий всем нормам, оборудованный всеми необходимыми наглядными пособиями и плакатами. Теоретическая часть проводится в виде лекций, просмотра фото- и видеоматериалов с последующим разбором ситуаций.

Для проведения практических занятий используются манекены, роботы-тренажеры и необходимое, для оказания первой помощи, медицинское оборудование. При организации практических занятий используется метод ролевой игры «пострадавший – помогающий», где все действия и роли отрабатываются обучаемыми под руководством преподавателя.

Формат обучения: очно-заочная, в составе группы в количестве от 1 до 10 обучающихся.

2. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

2.1. К итоговой аттестации допускаются обучающиеся успешно сдавшие промежуточную аттестацию, порядок прохождения которой отражен в Положении о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

2.2. К промежуточной аттестации, в том числе, относятся результаты преддипломной практики, которая оформляется в соответствии с требованиями «Рабочей программы преддипломной практики». К преддипломной практике допускаются обучающиеся, выполнившие Программу обучения в полном объеме по всем разделам программы, при наличии только положительных результатов.

2.3. Итоговая аттестация проводится в соответствии с Положением об организации образовательного процесса с правилами внутреннего распорядка и итоговой аттестации обучающихся.

2.4. Итоговая аттестация проводится в форме экзамена, включающего в себя теоретическую часть по билетам, имеющим не менее трех открытых вопросов, либо по билетам, имеющим не менее десяти закрытых вопросов с двумя вариантами ответов (в форме тестирования) и практическую часть с использованием необходимых средств и оборудования для оказания первой помощи на роботе-тренажере. До практической части экзамена допускаются обучающиеся, получившие удовлетворительный результат сдачи теоретической части экзамена.

2.5. Результаты итоговой аттестации и предложения по улучшению подготовки выпускников обсуждаются на заседаниях педагогического совета и оформляются протоколом.

2.6. Обучающиеся успешно прошедшие итоговую аттестацию допускаются до защиты выпускной квалификационной работы. Обучающиеся, сдавшие итоговую аттестацию на «неудовлетворительно», к защите выпускной квалификационной работы не допускаются и приказом по учреждению отчисляются с правом восстановления в следующий учебный курс для сдачи итогового экзамена и защиты выпускной квалификационной работы.

2.7. Обучающиеся, освоившие Программу, успешно прошедшие итоговую аттестацию и успешно защитившие выпускную квалификационную работу, получают Диплом о профессиональной переподготовке, дающий право на ведение нового вида профессиональной деятельности.

3. УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ И ЗАЩИТЕ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ РАБОТЫ

Выполнение выпускной квалификационной работы (ВКР) является завершающим и наиболее ответственным этапом обучения. Его конечным результатом является представление и защита оформленной соответствующим образом ВКР, в которой отражается содержание направления Программы обучения по определенной теме.

Конечной целью ВКР является выявление уровня подготовки обучающихся и установление соответствия этой подготовки.

Основными задачами ВКР как заключительного этапа подготовки являются:

- выявление понимания обучающимися основных проблем и задач обучения первой помощи;
- выявление понимания обучающимися значимости своей будущей профессиональной деятельности, умения приобретать новые знания, особенно в области первой помощи пострадавшим;
- выявление умения работать с научно-технической, справочной и нормативной литературой, а также четко излагать свои мысли;
- выявление навыков решать конкретные практические задачи с использованием теоретических знаний и принципов решения практических проблем.

Требования к содержанию ВКР:

ВКР является самостоятельной работой обучающегося, содержанием которой являются результаты поисковых исследований, анализ технических и технологических задач теоретического и практического характера, выполненных за время обучения.

Темы ВКР предлагаются обучающимся с учетом предложений руководителя ВКР, который назначается приказом из числа преподавателей.

ВКР состоит из пояснительной записки и иллюстрационного материала, контроль над содержанием и объёмом которых осуществляет руководитель работы.

Пояснительная записка должна в краткой и четкой форме раскрывать содержание работы, её обоснование, цель, задачи, содержать элементы собственного подхода к раскрытию темы, включать результаты проведенных теоретических или экспериментальных исследований, их анализ с учётом последних достижений в области первой помощи.

Результаты расчётов, исследований, сравнений и анализа принятых в ВКР решений должны сопровождаться соответствующими иллюстрациями, графиками, схемами, таблицами, компьютерными программами, слайдами для проектора и другим подобным иллюстрационным материалом.

ВКР должна содержать:

- описание объекта, обзор научной литературы по теме задания;
- цель и задачи работы;

При составлении пояснительной записки необходимо придерживаться следующей последовательности расположения материала:

- титульный лист с названием работы, с подписями автора, руководителя и директора образовательного учреждения;
- задание с указанием перечня вопросов, подлежащих разработке, а также перечень графического материала;
 - аннотацию;
 - содержание;
 - введение;
 - текстовую часть с рисунками и таблицами;
 - заключение;
 - список использованных источников;
 - приложения (если имеются) с копиями плакатов или распечатками программ и т.п.

Разделы текстовой части работы должны быть написаны лаконично, увязаны между собой, последовательно раскрывая цель задания. Рекомендуемый объем пояснительной записки 15-20 страниц текста, напечатанного на компьютере.

Графический материал, представляется на листах формата А1. Он должен раскрывать и дополнять результаты ВКР, а в пояснительной записке должны быть ссылки на этот материал. Рекомендуемый объем графического материала 3 листа.

Оформление ВКР:

Пояснительная записка к ВКР выполняется машинописным способом с помощью компьютера через полтора с соблюдением абзацев на листах белой бумаги размером 210x297 мм. Шрифт обычный, № 14. Объем разделов пояснительной записки устанавливается совместно с руководителем.

Текст пояснительной записки оформляется с соблюдением полей страницы: расстояние от кромки листа до текста сверху и снизу должно быть соответственно 20 и 30 мм, слева оставляются поля 30 мм, справа – 10-15 мм. Номер страницы ставится посередине листа внизу страницы. Счёт страниц ведётся с титульного листа и заканчивается последним листом пояснительной записки. При этом номера страниц на титульном листе и на листе с заданием на проектирование не проставляются.

Текстовая часть пояснительной записки делится на разделы, подразделы, пункты и подпункты, которые должны быть пронумерованы арабскими цифрами. Пример: 1. - первый раздел, 1.2. - второй подраздел первого раздела; 1.2.3. - третий пункт второго подраздела из первого раздела и т.д.

Названия разделов записывают в виде заголовков прописными буквами посередине строки. Название подразделов записывают также в виде заголовков посередине строки, но строчными буквами (кроме первой прописной). Точку в конце заголовка не ставят. Переносы слов в заголовках не допускаются. Заголовки и подзаголовки выделяются жирным шрифтом. Между заголовком и текстом, а также между заголовком и подзаголовком, подзаголовком и текстом оставляется свободная строка.

Реферат, введение, содержание, разделы текста работы, заключение (выводы), список использованных источников следует начинать с новой страницы.

Содержание включает введение, наименование всех разделов, подразделов, пунктов с указанием номеров страниц.

Введение должно содержать оценку современного состояния решаемой проблемы, обоснование необходимости проведения работы. Во введении должны быть показаны актуальность и новизна темы.

В заключении приводятся краткие выводы по работе.

Список использованных источников должен содержать порядковый номер, который в тексте записки (в месте его упоминания) выделяется двумя прямыми скобками [].

Формулы пишутся с помощью компьютера или их следует писать чернилами (пастой) одного цвета - черного или синего. Формулы должны иметь сквозную нумерацию. Нумерация формул производится арабскими цифрами в круглых скобках и размещается справа от формулы.

Применяемые формулы и справочные данные обязательно должны иметь ссылки на источники их получения.

Проведенные расчеты иллюстрируются схемами, графиками, выполненными с помощью компьютерной графики. Схемы, графики и т.п. должны быть единообразными по оформлению и размещаться по тексту сразу же после ссылки на них на отдельных страницах.

Таблицы и рисунки имеют сквозную нумерацию и сопровождаются краткой надписью. Допускается нумерация таблиц и рисунков в пределах раздела. Нумерация таблиц размещается в правом верхнем углу перед заголовком таблицы. Рисунки следует располагать в работе непосредственно после текста, в котором они упоминаются впервые, или на следующей странице.

Рисунки должны иметь название, которое помещают под рисунком, ниже помещают поясняющие данные (подрисовочный текст). Рисунок обозначается словом «Рис.». Если нумерация производится в пределах раздела, например, Рис. 1.2, то цифра 1 - номер раздела, цифра 2 - порядковый номер рисунка.

Приложения оформляются как продолжение пояснительной записки на последующих страницах. В правом верхнем углу страницы прописными буквами пишется слово «ПРИЛОЖЕНИЕ», обозначенное цифрой, например, «ПРИЛОЖЕНИЕ 1». Каждое приложение сопровождается заголовком. Если приложений в работе более одного, их следует нумеровать арабскими цифрами.

Пояснительная записка брошюруется в специальной папке или переплетается. При ее оформлении следует придерживаться следующей последовательности расположения материала: титульный лист, задание на дипломную работу, реферат, введение, содержание пояснительной записки с нумерацией разделов и подразделов с указанием страниц, основной текст записки, заключение, список использованных источников, приложения.

Графическая часть ВКР должна содержать 3 листа формата А1 и должна дополнять устный доклад.

Чертежи выполняются в соответствии требованиям ЕСКД. Содержание графического материала обусловлено заданием и конкретизируется руководителем и консультантами ВКР в процессе ее выполнения. Информация о графическом материале дается в пояснительной записке по тексту.

Законченная ВКР подписывается обучающимся, руководителем ВКР и директором образовательного учреждения. После завершения ВКР и получения всех подписей обучающемуся выдаётся направление на рецензирование работы.

Рецензия должна содержать квалифицированное заключение о соответствии его содержания заданию к ВКР, характеристику качества выполнения каждого раздела, перечень положительных решений и основных недостатков, замечания по графической части проекта, отзыв о проекте в целом, рекомендации по его внедрению, оценку проекта и квалификации проектанта. После получения рецензии внесение изменений в ВКР запрещается.

Копии графического материала должны быть представлены в приложениях к пояснительной записке на формате А4. В экзаменационную комиссию должна предоставляться также электронная копия работы на электронном носителе (флэш накопитель или диск).

Порядок выполнения ВКР:

Выполнение ВКР начинается с выбора темы. Перечень примерных тем доводится до сведения обучающихся, перед выходом на практику в день выдачи направления на прохождения преддипломной практики. Выбранная тема ВКР согласуется с руководителем темы. Руководитель осуществляет непосредственное руководство работой обучающегося, то есть он выдает конкретное задание, проводит систематические консультации, контролирует ход выполнения работы. По отдельным разделам работы могут быть назначены дополнительно консультанты.

Задание на ВКР оформляется на типовом бланке и подписывается обучающимся, руководителем и директором образовательного учреждения.

Порядок защиты ВКР:

Защита ВКР рассматривается как заключительная форма итоговой аттестации и проверка его подготовленности к самостоятельной работе.

Защита ВКР проводится на заседаниях экзаменационной комиссии (ЭК). Состав комиссии утверждается приказом по ЧУ ДПО «СК Брянск».

Рассмотрение ВКР организуется в соответствии с графиком работы ЭК, при этом ВКР представляется в комиссию в день её защиты. ВКР должна быть представлена до начала защиты с подписями автора, руководителя ВКР и директора образовательного учреждения, а также рецензия.

Защита ВКР происходит на открытом заседании ЭК в присутствии не менее половины от списочного состава комиссии в следующей последовательности:

1. Председатель комиссии или секретарь оглашает тему работы, фамилию обучающегося, общие сведения о выполнении им учебного плана.

2. Обучающемуся предоставляется слово для доклада. В течение 7 минут он должен четко и кратко изложить цель, задачи, содержание и выводы своей ВКР, используя имеющийся графический материал.

3. Члены комиссии и лица, присутствующие на защите, могут задавать любые вопросы по содержанию ВКР, а также по другим разделам знаний, входивших в образовательную программу. Затем зачитывается рецензия на дипломную работу, обучающемуся предлагается ответить на замечания, сделанные рецензентом. Вся защита не должна превышать 20 минут.

Итоги защиты обсуждаются в отсутствие обучающихся и оцениваются по 5-бальной системе большинством голосов. При равном числе голосов голос председателя комиссии является определяющим.

При выставлении оценки учитывается качество выполненной работы, умение отвечать на вопросы, общая профессиональная подготовка обучающегося, уровень его интеллектуального развития. Основными качественными показателями ВКР являются:

- самостоятельность решения поставленной задачи;
- оригинальность решения задач;
- реальность темы работы, возможность ее реализации;
- умение пользоваться литературой;
- соблюдение ГОСТ и нормативных материалов при выполнении ВКР;
- общая грамотность обучающегося.

При выполнении обучающимся всех требований учебного плана и успешной защиты ВКР ЭК принимает решение о выдаче ему диплома о профессиональной переподготовке по специальности инструктор по обучению первой помощи.

Все заседания ЭК протоколируются. Протокол подписывается председателем и членами комиссии, участвовавшими в заседании.

Обучающимся, не защитившим ВКР в срок по уважительной причине, приказом директора устанавливается другой срок защиты.

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

4.1. Учебный план Программы:

№ разделов и тем	Наименование разделов и тем	Всего, час.
1	Методика преподавания предмета	16
2	Навыки оказания первой помощи	110
2.1	Основы анатомии и физиологии человека	8
2.2	Первая помощь пострадавшим	94
2.2.1	Организационно – правовые аспекты оказания первой помощи пострадавшим, в том числе пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях. Оказание первой психологической помощи пострадавшим	4
2.2.2	Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего	6
2.2.3	Средства первой помощи. Аптечка первой помощи. Профилактика инфекций, передающихся с кровью и биологическими жидкостями человека	6
2.2.4	Правила и способы извлечения пострадавших из автомобиля. Основные транспортные положения. Транспортировка пострадавших	10
2.2.5	Сердечно – лёгочная реанимация. Особенности сердечно – лёгочной реанимации при электротравме и утоплении. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей	18
2.2.6	Первая помощь при острой кровопотере и травматическом шоке	6
2.2.7	Первая помощь при ранениях	6
2.2.8	Первая помощь при травме опорно-двигательной системы	8
2.2.9	Первая помощь при травме головы. Первая помощь при травме груди. Первая помощь при травме живота	8
2.2.10	Первая помощь при термических и химических ожогах, ожоговом шоке. Первая помощь при отморожении и переохлаждении. Первая помощь при перегревании	8
2.2.11	Первая помощь при острых отравлениях	3
2.2.12	Порядок оказания первой помощи при неотложных состояниях, вызванных заболеваниями (острые нарушения сознания, дыхания, кровообращения, судорожный синдром)	5
2.2.13	Первая помощь при политравме	6
2.3	Основы гигиенических знаний. Основы эпидемиологии	8
3	Виды и способы применения медицинского оборудования	16
4	Принципы организации обучения персонала в составе микрогрупп	4
5	Разработка методических рекомендаций и литературы для обучения	10
6	Навыки поведения в экстремальных ситуациях	16
7	Учебная (преддипломная) практика и подготовка ВКР	84
8	Итоговая аттестация	2
9	Защита ВКР	2
	Аудиторные занятия	106
	Самостоятельная работа	154
	ИТОГО	260

4.1. Учебно-тематический план Программы:

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма контроля
		Всего	теория	практика	
1	Методика преподавания предмета	16	16	-	зачет
2	Навыки оказания первой помощи	110	53	57	зачет
2.1	Основы анатомии и физиологии человека	8	8	-	-
2.2	Первая помощь пострадавшим	94	37	57	-
2.2.1	Организационно – правовые аспекты оказания первой помощи пострадавшим, в том числе пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях. Оказание первой психологической помощи пострадавшим	4	4	-	-
2.2.2	Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего	6	3	3	-
2.2.3	Средства первой помощи. Аптечка первой помощи. Профилактика инфекций, передающихся с кровью и биологическими жидкостями человека	6	3	3	-
2.2.4	Правила и способы извлечения пострадавших из автомобиля. Основные транспортные положения. Транспортировка пострадавших	10	6	4	-
2.2.5	Сердечно – лёгочная реанимация. Особенности сердечно – лёгочной реанимации при электротравме и утоплении. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей	18	4	14	-
2.2.6	Первая помощь при острой кровопотере и травматическом шоке	6	2	4	-
2.2.7	Первая помощь при ранениях	6	2	4	-
2.2.8	Первая помощь при травме опорно-двигательной системы	8	2	6	-
2.2.9	Первая помощь при травме головы. Первая помощь при травме груди. Первая помощь при травме живота	8	2	6	-
2.2.1 0	Первая помощь при термических и химических ожогах, ожоговом шоке. Первая помощь при отморожении и переохлаждении. Первая помощь при перегревании	8	2	6	-
2.2.1 1	Первая помощь при острых отравлениях	3	3	-	-
2.2.1 2	Порядок оказания первой помощи при неотложных состояниях, вызванных заболеваниями (острые нарушения сознания, дыхания, кровообращения, судорожный синдром)	5	2	3	-
2.2.1 3	Первая помощь при политравме	6	2	4	-
2.3	Основы гигиенических знаний. Основы эпидемиологии	8	8	-	-

3	Виды и способы применения медицинского оборудования	16	6	10	зачет
4	Принципы организации обучения персонала в составе микрогрупп	4	3	1	зачет
5	Разработка методических рекомендаций и литературы для обучения	10	2	8	зачет
6	Навыки поведения в экстремальных ситуациях	16	12	4	зачет
7	Учебная (преддипломная) практика и подготовка ВКР	84	-	84	оценка
8	Итоговая аттестация	2	2	-	оценка
9	Защита ВКР	2	2	-	оценка
Итого		260	96	164	

4.3. Рабочая программа:

Тема 1. Методика преподавания предмета

Объект - процесс формирования знаний и умений оказания первой помощи.

Предмет - формы и методы, используемые для формирования теоретических знаний и практических умений оказания первой помощи.

Цель - рассмотреть современные технологии методики преподавания первой помощи инструктором в небольших (микрогруппах) группах.

Данная цель исследования определила постановку следующих **задач**:

1. Проанализировать педагогическую, методическую литературу.
2. Проанализировать и систематизировать методы и формы, направленные на формирование у инструктируемых теоретических знаний и практических умений оказания первой помощи.

В современных условиях в период возрастания объема информации обучение должно быть личностно-ориентированным, развивающим, мотивированным. Решить эти проблемы помогает использование модульной технологии обучения.

Содержание модульного обучения состоит в том, что обучающийся самостоятельно достигает целей учебно-познавательной деятельности в процессе работы над модулем, в который объединены учебное содержание и приемы учебной деятельности по овладению содержанием.

Принципиальное отличие модульного обучения состоит в том, что материал разбивается на отдельные модули (блоки), каждый из которых является не только источником информации, но и методом для ее усвоения.

Блок - определенная часть целостной деятельности, представляющая собой совокупность функционально объединенных модулей.

Модуль - это завершенная часть курса (темы, разделов), которая заканчивается контролем. Модуль может состоять из подмодулей (пакетов обучающих модулей), подмодули состоят - из более мелких единиц учебных элементов (УЭ).

Следующая тема строится по модульной технологии.

Тема 2. Навыки оказания первой помощи

2.1 Основы анатомии и физиологии человека.

Для того чтобы верно определить характер травм, полученных пострадавшим, необходимо знать основы анатомии и физиологии человека. Краткий курс проводится в форме лекции с использованием наглядного пособия.

2.2 Первая помощь.

Теоретическое и практическое обучение по учебной дисциплине «Первая помощь» проводится с изучением обязательных практических навыков и приемов оказания первой помощи пострадавшим и с использованием учебных материалов, наглядного пособия и оборудования оказания первой помощи, в том числе с использованием манекенов и робота-тренажера.

2.2.1 Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи, в том числе пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях. Оказание первой психологической помощи пострадавшим.

Понятие «первая помощь». Неотложные состояния, требующие проведения мероприятий первой помощи, правила и порядок их проведения.

Понятие о видах дорожно-транспортных происшествий (далее – ДТП) и структуре дорожно-транспортного травматизма. Организация, виды помощи пострадавшим в ДТП. Правила и порядок осмотра места ДТП. Порядок вызова скорой медицинской помощи.

Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи пострадавшим в ДТП.

Основные правила, приемы и этапы оказания первой психологической помощи пострадавшим, в том числе в ДТП. Особенности оказания помощи детям.

2.2.2 Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего.

Теоретическое занятие.

Правила и порядок осмотра пострадавшего. Основные критерии оценки нарушения сознания, дыхания (частоты), кровообращения. Последовательность осмотра: голова, шея и шейный отдел позвоночника, грудь, живот, таз, конечности, грудной и поясничные отделы позвоночника.

Практическое занятие.

Отработка приемов определения пульса (частота) на лучевой и сонной артериях.

2.2.3 Средства первой помощи. Аптечка первой помощи. Профилактика инфекций, передающихся с кровью и биологическими жидкостями человека.

Теоретическое занятие.

Понятие о средствах первой помощи. Устройства для проведения искусственной вентиляции легких способом «рот - устройство – рот» (лицевая маска с клапаном). Средства временной остановки наружного кровотечения (кровоостанавливающий жгут, перевязочные средства стерильные, нестерильные). Средства для иммобилизации. Виды носилок (табельные, импровизированные, жесткие, мягкие). Средства индивидуальной защиты рук.

Аптечка первой помощи. Состав, показания для использования.

Использование подручных средств для временной остановки наружного кровотечения, наложения повязок, иммобилизации, транспортировки, согревания пострадавших.

Соблюдение правил личной безопасности при оказании первой помощи. Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний, передающихся с кровью и биологическими жидкостями человека.

Практическое занятие.

Осмотр и изучение средств первой помощи.

2.2.4 Правила и способы извлечения пострадавшего из автомобиля. Основные транспортные положения. Транспортировка пострадавших.

Теоретическое занятие.

Порядок извлечения пострадавшего из автомобиля. Отработка приема «спасательный захват» для быстрого извлечения пострадавшего из автомобиля и транспортировки. Извлечение пострадавшего из-под автомобиля приемом «натаскивания» на носилки.

Понятие о «возвышенном положении», «положении полусидя», «противошоковом положении», «стабильном боковом положении». Транспортные положения, придаваемые пострадавшим при сильном кровотечении, травматическом шоке, при травме головы, груди, живота, костей таза, позвоночника (в сознании, без сознания).

Приемы транспортировки пострадавших на руках одним и двумя спасателями.

Транспортировка пострадавшего при невозможности вызвать скорую медицинскую помощь. Особенности транспортировки при различных видах травм.

Практическое занятие.

Отработка приема перевода пострадавшего в «стабильное боковое положение» из положения «лежа на спине», «лежа на животе».

Отработка традиционного способа переключивания пострадавшего («скандинавский мост» и его варианты).

2.2.5 Сердечно-легочная реанимация. Особенности сердечно-легочной реанимации при электротравме и утоплении. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей.

Теоретическое занятие.

Причины внезапной смерти: внутренние, внешние. Достоверные признаки клинической и биологической смерти. Способы определения сознания, дыхания, кровообращения. Понятие о сердечно-легочной реанимации (далее - СЛР). Приемы восстановления и поддержания проходимости верхних дыхательных путей. Техника проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. Базовый реанимационный комплекс. Критерии эффективности СЛР. Ошибки и осложнения, возникающие при СЛР. Показания к прекращению СЛР. Особенности СЛР у детей. Особенности СЛР при утоплении (попадание транспортного средства в воду), электротравме.

Порядок оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом у пострадавших в сознании, без сознания. Особенности оказания первой помощи тучному пострадавшему, беременной женщине и ребенку.

Практическое занятие.

Отработка приемов осмотра пострадавшего: определение сознания, дыхания, кровообращения. Отработка приемов восстановления проходимости верхних дыхательных путей: запрокидывание головы с выдвижением подбородка, очищение ротовой полости от видимых инородных тел. Отработка приемов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств для искусственного дыхания. Отработка приемов непрямого массажа сердца взрослому и ребенку. Отработка техники проведения базового реанимационного комплекса в соотношении 30 толчков: 2 вдоха (30:2). Повторение приема перевода пострадавшего в «стабильное боковое положение».

Отработка приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.

2.2.6 Первая помощь при острой кровопотере и травматическом шоке.

Теоретическое занятие.

Понятия «кровотечение», «острая кровопотеря». Компенсаторные возможности организма при кровопотере. Виды кровотечений: наружное, внутреннее, артериальное, венозное, капиллярное, смешанное. Признаки кровопотери.

Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерий, максимальное сгибание конечности в суставе, наложение давящей повязки, наложение табельного

и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня). Правила наложения, осложнения, вызванные наложением кровоостанавливающего жгута. Имобилизация, охлаждение места травмы. подручные средства, используемые для изготовления импровизированного жгута. Порядок оказания первой помощи при сильном наружном кровотечении. Порядок оказания первой помощи при носовом кровотечении.

Понятие о травматическом шоке, причины, признаки, порядок оказания первой помощи. Мероприятия, предупреждающие развитие травматического шока. Простейшие приемы обезболивания: придание физиологически выгодного (удобного) положения, иммобилизация, охлаждение места травмы.

Практическое занятие.

Отработка приемов временной остановки наружного кровотечения. Отработка техники пальцевого прижатия артерий (сонной, подключичной, подмышечной, плечевой, бедренной); максимальное сгибание конечности в суставе; наложение давящей повязки на рану; наложение табельного и импровизированного кровоостанавливающего жгута (жгута-закрутки, ремня). Отработка порядка оказания первой помощи при травматическом шоке: устранение основной причины травматического шока (временная остановка кровотечения, иммобилизация), восстановление и поддержание проходимости верхних дыхательных путей, придание противошокового положения, согревание пострадавшего.

2.2.7 Первая помощь при ранениях.

Теоретическое занятие.

Понятие о травмах, виды травм. Ранения, виды ран. Понятие о политравме. Опасные осложнения ранений: ранние (острая кровопотеря, шок, повреждения жизненно важных органов), поздние (инфекционные). Правила и порядок оказания первой помощи при ранениях. Мероприятия первой помощи при ранениях: остановка кровотечения, наложение повязки, обезболивание (простейшие приемы). Виды повязок. Табельные и подручные перевязочные средства.

Практическое занятие.

Наложение повязок на различные анатомические области тела человека. Правила, особенности, отработка приемов наложения повязок.

2.2.8 Первая помощь при травме опорно-двигательной системы.

Теоретическое занятие.

Понятие «травма опорно-двигательной системы»: ушибы, вывихи, повреждения связок, переломы (открытые, закрытые). Основные признаки повреждения опорно-двигательной системы при травме. Достоверные признаки открытых переломов. Опасные осложнения переломов: кровотечение, травматический шок. Принципы оказания первой помощи. Понятие «транспортная иммобилизация». Использование подручных средств и для иммобилизации. Типичные ошибки иммобилизации. Способы иммобилизации при травме ключицы, плечевой кости, костей предплечья, бедренной кости, костей голени.

Основные проявления травмы шейного, грудного, поясничного отделов позвоночника с повреждением спинного мозга, без повреждения спинного мозга. Транспортные положения, особенности переключивания. Основные проявления травмы таза. Транспортное положение. Приемы фиксации костей таза.

Практическое занятие.

Отработка приемов первой помощи при открытых и закрытых переломах. Иммобилизация подручными средствами при скелетной травме верхних и нижних конечностей: ключицы,

плечевой кости, костей предплечья, бедренной кости, костей голени. Аутоиммобилизация верхних и нижних конечностей. Наложение шейной шины, изготовленной из подручных материалов.

Отработка приема придания транспортного положения пострадавшему с травмой таза, приемы фиксации костей таза.

2.2.9 Первая помощь при травме головы. Первая помощь при травме груди. Первая помощь при травме живота.

Теоретическое занятие.

Травма головы, первая помощь. Особенности ранений волосистой части головы. Порядок оказания первой помощи. Особенности оказания первой помощи при травмах глаза и носа.

Основные проявления черепно-мозговой травмы. Порядок оказания первой помощи. Особенности наложения повязки при открытой черепно-мозговой травме. Транспортное положение.

Травма груди, первая помощь. Основные проявления травмы груди. Понятие об открытом пневмотораксе, острой дыхательной недостаточности. Порядок оказания первой помощи. Особенности наложения повязки при открытой травме груди. Особенности наложения повязки на рану груди с инородным телом. Транспортное положение.

Травма живота, первая помощь. Основные проявления травмы живота. Закрытая травма живота с признаками внутреннего кровотечения и повреждения полых органов. Порядок оказания первой помощи. Особенности наложения повязок на рану при выпадении органов брюшной полости, при наличии инородного тела в ране. Транспортные положения при закрытой травме живота с признаками внутреннего кровотечения и при сильной боли.

Практическое занятие.

Наложение бинтовых повязок на раны волосистой части головы, при травмах глаза, уха, носа.

Отработка приемов оказания первой помощи пострадавшему с черепно-мозговой травмой. Придание транспортного положения пострадавшему в сознании, без сознания. Наложение повязки при подозрении на открытый перелом костей черепа.

Отработка приемов и порядка оказания первой помощи пострадавшему с травмой груди. Наложение повязки при открытой травме груди. Наложение повязки при наличии инородного тела в ране. Придание транспортного положения при травме груди.

Отработка приемов оказания первой помощи при закрытой и открытой травмах живота, при наличии инородного тела в ране и выпадении в рану органов брюшной полости.

2.2.10 Первая помощь при термических и химических ожогах, ожоговом шоке. Первая помощь при отморожении и переохлаждении. Первая помощь при перегревании.

Теоретическое занятие.

Ожоговая травма, первая помощь.

Виды ожогов. Основные проявления. Понятие о поверхностных и глубоких ожогах. Ожог верхних дыхательных путей, отравление угарным газом и продуктами горения, основные проявления. Порядок оказания первой помощи.

Практическое занятие.

Отработка приемов и порядка оказания первой помощи при термических и химических ожогах, ожоге верхних дыхательных путей.

Теоретическое занятие.

Холодовая травма, первая помощь.

Виды холодовой травмы. Основные проявления переохлаждения (гипотермии), порядок оказания первой помощи, способы согревания. Основные проявления отморожения, оказание первой помощи.

Перегревание, первая помощь.

Факторы, способствующие развитию перегревания (гипертермии). Основные проявления, оказание первой помощи.

2.2.11 Первая помощь при острых отравлениях.

Влияние употребления этанола и этанолсодержащих жидкостей, медикаментов (антигистаминных, седативных, антидепрессантов), наркотических веществ при осуществлении деятельности, связанной с повышенной опасностью для окружающих.

Отравления, пути попадания ядов в организм. Признаки острого отравления. Порядок оказания первой помощи при попадании отравляющих веществ в организм через дыхательные пути, пищеварительный тракт, через кожу.

Основные проявления отравлений выхлопными газами, эксплуатационными жидкостями, бензином, этиленгликолем. Порядок оказания первой помощи.

Основные проявления отравлений этанолом и этанолсодержащими жидкостями, порядок оказания первой помощи.

2.2.12 Порядок оказания первой помощи при неотложных состояниях, вызванных заболеваниями (острые нарушения сознания, дыхания, кровообращения, судорожный синдром).

Теоретическое занятие.

Влияние состояния здоровья и усталости при осуществлении деятельности, связанной с повышенной опасностью для окружающих. Признаки утомления, соматические, психоэмоциональные расстройства.

Острые нарушения сознания. Кратковременная потеря сознания (обморок) и нарушение сознания при тяжелых заболеваниях. Причины, основные проявления, первая помощь.

Острые нарушения дыхания. Приступ удушья и другие острые нарушения дыхания. Причины, основные проявления, первая помощь.

Острое нарушение кровообращения. Острый сердечный приступ. Причины, основные проявления, первая помощь.

Понятие «судороги». Эпилептический припадок. Причины, основные проявления, первая помощь. Типичные ошибки при оказании первой помощи.

Практическое занятие.

Решение ситуационных задач по темам: «Острые нарушения сознания (обморок, кома)», «Острые нарушения дыхания (удушье)», «Острое нарушение кровообращения (сердечный приступ)», «Судорожный синдром». Отработка порядка оказания первой помощи.

2.2.13 Первая помощь при политравме.

Решение ситуационных задач по теме: «Политравма» для повторения и закрепления приемов и порядка оказания первой помощи пострадавшим.

2.3 Основы гигиенических знаний. Основы эпидемиологии.

Современные достижения медицинских наук по разделу экстренной медико-санитарной помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях позволили определить научные основы гигиены и эпидемиологии катастроф. Гигиена и эпидемиология катастроф выделены в самостоятельный научный раздел медицины катастроф.

Определения гигиены и эпидемиологии.

Основные задачи медицины катастроф.

Требования действующего законодательства в области гигиены и эпидемиологии.
Надзор за санитарно-эпидемиологической ситуацией на соответствующих территориях.
Функциональные обязанности Госсанэпидслужбы Минздравсоцразвития России и
Гостехнадзора, их основные мероприятия.

Тема 3. Виды и способы применения медицинского оборудования

Теоретическое занятие.

Понятие медицинского оборудования.

Виды оборудования, используемого исключительно в медицинских целях, разделяют на две группы: в соответствии с направлением и назначением.

По направлению весь спектр медицинского оборудования подразделяется на виды в зависимости от сферы применения, различают оборудование для скорой помощи, а также для отдельных ветвей и сфер медицины: гинекологии, стоматологии, хирургии и так далее.

К отдельной группе в этой классификации относится оборудование для диагностики заболеваний, в том числе аппараты, позволяющие проводить визуализирующие исследования: КТ, МРТ, рентгенографию.

Классификации используемого в медицине оборудования по назначению состоит из следующих групп:

- Аппараты для поддержания жизни пациента (сердечно-легочные, для гемодиализа);
- Терапевтические аппараты (ультразвук, лазерное оборудование);
- Медицинские мониторы;
- Аппараты для диагностики (УЗИ и рентгенография, КТ, электрокардиографы);
- Хирургическое оборудование;
- Лабораторное оборудование (анализаторы всевозможных типов);
- Оборудование для транспортировки пациентов (в том числе транспортные инкубаторы для недоношенных детей);
- Аппараты для вызова медперсонала;
- Оборудование для оказания первой помощи.

Случаи применения медицинского оборудования, в целях оказания первой помощи.

Виды аптечек в зависимости от предназначения. Шины лестничные, и подручные средства их заменяющие.

Практическое занятие.

Решение ситуационных задач с применением различных видов медицинского оборудования.

Тема 4. Принципы организации обучения персонала в составе микрогрупп

Понятие микрогрупп.

Организация обучения на предприятии (в учреждении).

Основные принципы обучения персонала:

- принцип объективности требует, чтобы профессиональное обучение персонала проводилось вне зависимости от чьего-то мнения или отдельных суждений.
- принцип надежности предполагает работу системы обучения вне зависимости от влияния ситуативных факторов (настроения, погоды...).
- принцип достоверности определяет, насколько успешно человек на практике применяет знания и навыки, полученные в процессе обучения.
- принцип доступности провозглашает, что процесс обучения и критерии оценки должны быть доступны и понятны как обучающим, так и самим обучаемым.

- принцип соответствия общей кадровой политике организации. Кроме этого, актуальна задача разработки такой системы обучения, которая позволила бы решить проблему регулярного обучения вновь поступающих сотрудников.

Требования действующего законодательства РФ.

В соответствии с требованиями статей 212, 225 Трудового Кодекса РФ работодатель должен организовать обучение безопасным методам и приемам выполнения работ и оказания первой помощи пострадавшим на производстве.

В соответствии с п. 2.2.4. Постановления Минтруда и Минобразования №1/29 работодатель должен организовать обучение работников рабочих профессий оказанию первой помощи в течении месяца при поступлении на работу и периодически не реже 1 раза в год.

В соответствии с п. 1.7.13 ПТЭЭП весь персонал энергослужб должен быть обучен практическим приемам освобождения работника, попавшего под действие электрического тока и практически обучен способам оказания первой помощи пострадавшему на месте происшествия.

Тема 5. Разработка методических рекомендаций и литературы для обучения сотрудников

Теоретическое занятие.

Определения. Методические рекомендации – это один из видов методической продукции (наряду с методической разработкой, методическим пособием, дидактическим материалом).

Методические рекомендации представляют собой особым образом структурированную информацию, определяющую порядок, логику и акценты изучения какой-либо темы, проведения занятия, мероприятия.

Структура методических рекомендаций.

Пояснения к отдельным структурным элементам методических рекомендаций (титульный лист, аннотация, пояснительная записка, содержание, список рекомендуемой литературы, приложения).

Практическое занятие.

Как составить методическую разработку. Самостоятельное составление методической разработки по теме «Инструктаж по оказанию первой помощи».

Тема 6. Навыки поведения в экстремальных ситуациях

Понятие об экстремальной ситуации

Ситуации, выходящие за рамки обычных, для которых характерно интенсивное воздействие неблагоприятных факторов окружающей среды, а иногда и наличие непосредственной угрозы жизни и здоровью человека, принято называть экстремальными.

Человек оказывается в экстремальных условиях по различным причинам. Часто это случается по собственной вине – либо как результат отсутствия знаний и опыта безопасного поведения в природной и социальной среде, либо по причине пренебрежения нормами и правилами безопасности, легкомыслия. Столкнувшись с непредвиденными обстоятельствами, очутившись в сложной непривычной обстановке, люди порой оказываются совершенно беспомощными, не способными решать простейшие, но жизненно необходимые вопросы.

Психология поведения людей в экстремальной ситуации

В экстремальной ситуации у человека возникает особое состояние эмоциональной напряженности, именуемое стрессом. Такая напряженность изменяет обычные психические процессы человека, ослабляет восприятие, ощущения, внимание, притупляет воображение, представление, память, затормаживает мышление и речь.

В общем виде зависимость между силой стресса и работоспособностью может быть представлена следующим образом. По мере возрастания эмоциональной напряженности вначале

работоспособность и возможности человека повышаются по сравнению со спокойным состоянием, доходят до максимальной величины, а затем начинают падать. При этом в первую очередь затрудняются восприятие и мышление, причём тем больше, чем сложнее ситуация. С увеличением напряжения появляются ошибки в выполнении отдельных операций или их пропуски, стремление перейти к более простым действиям. Иногда при этом оживают старые, но уже непригодные в данной ситуации навыки – человек действует машинально, не сознавая своих действий. При ещё более сильном стрессе появляется чувство растерянности, неспособность сосредоточиться на выполняемой деятельности, а также лишние, импульсивные движения и действия либо наоборот – резкая скованность, заторможенность.

Рассмотренная схема условная и обобщенная. На самом же деле психологическое воздействие опасных ситуаций проявляется у людей неоднозначно, представляет индивидуальную, личностно выраженную реакцию. Есть люди, которые действуют более эффективно именно в состоянии высокого эмоционального напряжения – на экзаменах, ответственных соревнованиях, в опасных для жизни и здоровья ситуациях. Других же подобные ситуации психологически демобилизуют, у них наступает своеобразный «психологический шок» – появляется сильная заторможенность либо суетливость, поспешность, неспособность к разумным действиям.

Как уменьшить вероятность оказаться в экстремальной ситуации и увеличить шансы на сохранение здоровья и жизни в сложных условиях?

Эмоционально-волевая подготовка к действиям в экстремальных ситуациях

В опасных для жизни и здоровья ситуациях огромную роль играет эмоционально-волевая устойчивость человека, которая формируется как при его повседневной жизнедеятельности, так и в процессе целенаправленной эмоционально-волевой подготовки. Большую роль в такой подготовке играют методы эмоционально-волевой саморегуляции: самоубеждение, самоприказ, волевая саморегуляция (самовнушение).

Суть *самоубеждения* состоит в намеренном убеждении себя в чём-либо путём подбора соответствующих доводов. Самоубеждение, как правило, применяется в тех случаях, когда человек в общем положительно воспринимает какую-то идею, но у него не хватает решительности претворить её в жизнь. Каждому, например, понятно, что здоровье человека во многом зависит от занятий физкультурой, но не каждый систематически ею занимается. Успешность применения этого метода зависит от знаний, логического мышления и чувства долга. Процесс самоубеждения сводится к дискуссии с самим собой – к выдвиганию и сравнению аргументов и контраргументов в пользу того, что тебе хочется, и что необходимо сделать.

Другим действенным приёмом для выработки самообладания и умения управлять собой даже в экстремальных ситуациях является *самоприказ*. Он срабатывает тогда, когда человек умеет контролировать свои мысли, следует своему слову, повинуется внутреннему голосу. Самоприказ оказывается значительно эффективнее, если он соответствует ведущим жизненным позициям человека, его убеждениям. Самоприказ и самоубеждение взаимосвязаны. Самоприказ становится наиболее действенным, если он делается на основе самоубеждения, а самоубеждение приводит к волевому акту, если оно завершается самоприказом: «Всё!», «Хватит!», «Ещё раз!», «Надо!», «Стоять!», «Вперёд!» и т. п.

В повседневной жизни самоприказ помогает преодолевать трудности в самых разных жизненных ситуациях. По самоприказу можно вставать с постели, заниматься физзарядкой, соблюдать дисциплину, доводить начатое дело до конца, делать малоинтересную, но необходимую работу и многое другое. Умение подчиниться самоприказу может сыграть

решающую роль при возникновении экстремальной ситуации, в напряжённый момент боя или при выполнении нелёгких обязанностей военной службы.

Волевая саморегуляция развивает у человека такие волевые качества, как смелость, решительность, стойкость, самообладание, выдержка, самостоятельность, инициативность. Это достигается путём постоянно контролируемого преодоления как реально существующих опасностей и трудностей повседневной жизни, так и создаваемых в учебных целях упражнений, испытаний, тестов.

Одним из существенных условий закалки воли человека являются систематические занятия физической культурой и спортом. Преодоление трудностей в ходе занятий служит тренировкой не только для мышц, но и для воли. Наибольшее воздействие оказывают упражнения психофизического характера, к которым относятся упражнения на внимание, координацию движений, быстроту, выносливость. Эффективны упражнения с резким изменением ситуаций, требующие быстрого, осмысленного принятия решений в ограниченное время.

Большое значение в выработке психологической устойчивости играют упражнения, выполнение которых связано с риском и требует преодоления чувства боязни. Это акробатические прыжки; прыжки в воду с высоты; прыжки через препятствия; лазание по горизонтальному канату, находящемуся на высоте 4-10 м над водой; перебежки по бревну, укрепленному на высоте или над водой; прыжки с парашютом; различные виды единоборств. Психологически ту же роль играют: преодоление специальных полос препятствий и сооружений, военная игра на местности «Испытай себя», туристические походы. Такие упражнения могут вызвать напряжённость, опасения, страх, волнения, колебания, необходимость пересиливать, заставлять себя. В то же время они развивают волевые качества, закаляют психику.

Полученных знаний при обучении действиям в экстремальных ситуациях бывает, как правило, недостаточно — нужны ещё умения и навыки. В то же время воссоздать реально экстремальную ситуацию иногда бывает трудно, а порой и невозможно. Как, к примеру, создать для учебных целей наводнение, а тем более ураган или землетрясение? В таких случаях на помощь приходит так называемая идеомоторная тренировка. Реальная ситуация здесь подменяется представлением о ней, а вот действия должны быть близкими к реальным. Эффективность такой тренировки во многом зависит от того, насколько полно и всесторонне мысленно сконструированная экстремальная ситуация близка к реальной и вызвала ли она у обучаемого психические процессы, подобные реальным.

Совершенствование волевых качеств станет более плодотворным, если трудности будут постоянно усложняться до предельно посильных. В то же время сам процесс эмоционально-волевой подготовки должен быть непрерывным, а характер трудностей — разнообразным и разносторонним.

Действия человека в экстремальной ситуации

В общем виде человеку, оказавшемуся в экстремальной ситуации, целесообразно действовать следующим образом:

- преодолеть стресс;
- оценить сложившуюся обстановку;
- принять решение;
- действовать в соответствии с принятым решением.

Изначальное преодоление стресса, хотя бы и частичное, весьма важно, ибо в противном случае дальнейшие действия могут оказаться ошибочными и привести к ухудшению обстановки. В преодолении стресса могут помочь методы эмоционально-волевой саморегуляции. Полезными бывают и физические воздействия либо раздражители: резкие потирания ладонями лица, висков;

удары по щекам; резкие движения частей тела либо всего тела, подобные снятию сонливости; опрыскивание либо обливание лица, головы или всего тела водой; принятие успокаивающих лекарств. Методы и способы снятия стресса зависят от индивидуальной эмоционально-волевой устойчивости человека, глубины стресса и имеющихся средств (вода, медикаменты). Определяющим является и лимит времени. Если человек заблудился в лесу, то у него есть какое-то время для снятия стрессового состояния. Другое дело, если на него рухнет стена или движется лавина огня – здесь уже всё решают мгновения.

После полного либо частичного снятия стрессового состояния следует оценить сложившуюся обстановку. Во-первых, надо определить, закончилось или нет опасное воздействие, создавшее экстремальную ситуацию, и вероятно ли его повторение. Далее следует незамедлительно определить состояние здоровья – своё и окружающих людей, количество больных и раненых, требующих первоочередной помощи. После этого надо учесть наличие материальных средств: воды, продуктов питания, медикаментов и др. Вполне очевидно, что наиболее важным будет наличие в жаркое время воды, зимой – тёплых вещей и топлива, при ведении боевых действий – оружия и боеприпасов. При оценке обстановки следует учитывать время года, погоду, время суток, местность (лес, болото, дороги, удалённость населённых пунктов) и другие моменты, важные в данной сложившейся обстановке.

На основе оценки обстановки принимается решение. В некоторых ситуациях может быть лишь одно верное решение, в других же – несколько вариантов с различной вероятностью благоприятного исхода. В короткий срок нужно принять оптимальное решение. Чтобы научиться этому, необходимы тренировки. При этом не обязательно задавать все возможные ситуации, ибо их может быть множество. Важно научиться действовать логично, последовательно, рационально и быстро. Следует выработать у себя поведенческий стереотип действий в экстремальных ситуациях и постоянно совершенствовать его как по спектру возможных ситуаций, так и по скорости и точности принимаемых решений.

Использование теоретических знаний в практической деятельности, разбор ситуаций.

5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Учебно-практические занятия проводятся в учебном классе, а также на оборудованной автомобильной площадке с использованием транспортного средства для извлечения пострадавшего. Перед ведением занятий с использованием медицинского оборудования, манекенов, робота-тренажера и автотранспортного средства необходимо провести инструктаж по технике безопасности при использовании технических средств обучения. Результаты инструктажа оформляются под роспись обучающихся.

Технические средства обучения:

№ п/п	Наименование ТСО	Кол-во	Марка	Год приобретения
1.	Ноутбук	1	DELL Vostro 1015	2015
2.	Робот-тренажер ИВЛ	1	ВИТИМ-2	2016
3.	Тренажер-манекен взрослого пострадавшего	1	«Александр 1-0,2» М4004	2018
4.	Магнитно-маркерная доска	1	Флипчарт на треноге	2016

Литература и учебные пособия:

Литература	Автор	Кол-во
КОДЕКСЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ		
Конституция Российской Федерации: текст с последними изменениями и дополнениями на 2016 год. – Москва: Эксмо, 2016. – 32 с. – (Законы и кодексы)		5
Гражданский кодекс РФ: Часть первая, вторая, третья и четвертая. – М.: РИПОЛ классик; Издательство «Омега-Л», 2016. – 570 с. (Кодексы Российской Федерации) 17.02.2016 год		5
Комментарий к Кодексу Российской Федерации об административных правонарушениях/ под общ. ред. Н.Г. Салищевой. – 7-е изд. – Москва: проспект, 2011. – 1296 с.		1
Трудовой кодекс Российской Федерации. – М.: РИПОЛ классик; Издательство «Омега-Л», 2016. – 221 с. (Кодексы Российской Федерации) 15.06.2016 год		2
Трудовой кодекс Российской Федерации. – Москва: Проспект, У26 2016. – 256 с.		2
ОХРАНА ТРУДА		
Межотраслевые Правила по охране труда (Правила безопасности) при эксплуатации электроустановок. – М.: ООО «Рид Групп», 2011. – 160 с. – (Новейшее издательство России)		1
Межотраслевые правила по охране труда при Электро- и газосварочных работах. ПОТ Р М-020-2001. – С. 48.	ИД «Урал Юр Издат», 2010	1
МЕНЕДЖМЕНТ		
Менеджмент: управление организационными системами: учеб. Пособие/ П.В. Шеметов, Л.Е. Никифорова, С.В. Петухова. – 7-е изд., стер. – М.: Издательство «Омега-Л», 2014. – 407 с.: табл., ил. – (Высшая школа менеджмента).	П.В. Шеметов	1
Менеджмент: учебное пособие для бакалавров/ Г.Б. Казначевская, И.Н. Чуев, О.В. Матросова. – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 365, [1] с.: ил. – (Высшее образование).	Г.Б. Казначевская	1
Менеджмент/ Л.Т. Ткачук, под ред. М.И. Щадова. – Ростов н/Д: Феникс, 2012. – 539 с. – (Высшее образование).	Л.Т. Ткачук	1
Управление персоналом: учебное пособие/ А.М. Руденко, В.В. Котлярова; под ред. А.М. Руденко. – Ростов н/Д: Феникс, 2017. – 414 с. – (Среднее профессиональное образование).	А.М. Руденко	1
ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ		
Первая неотложная помощь при острых отравлениях. – М.: издательство БИНОМ. 2009ю – 144 с.	Е.А. Лужников, Ю.Н. Остапенко, Г.Н. Суходолова	1
Неотложная помощь при терапевтических заболеваниях и состояниях: Учебно-методическое пособие/ Под ред. А.С. Свистова, А.В. Гордиенко. – СПб.: Диалект, 2010. – 208 с.	Коллектив авторов	1
Правила здоровья и оказание первой помощи. – СПб.: Издательский Дом «Литера», 2012. – 64 с.: ил. – (Серия «Начальная школа»).	В.А. Крутецкая	10
Алгоритмы оказания скорой и неотложной медицинской помощи больным и пострадавшим бригадами службы скорой медицинской помощи/ Брянск, 2016. – 208 с.	А.Н. Бордуков	1

Азбука спасения при дорожно-транспортных происшествиях: Практическое пособие. – М.: Мир Автокниг, 2017. – 80 с.: ил.	А.Е. Захарова	10
Нетрадиционные методы оздоровления и физическая культура будущего учителя: Учебно-методическое пособие. – Брянск: БГУ. – 59 с.	Г.П. Золотникова, доктор медицинских наук, профессор	1
ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА		
Практическая физиогномика. Книга-тренажер/Александр Петров. – Москва: Издательство АСТ, 2018. – 288 с.	А. Петров	1
Специальная психология. Методические рекомендации для студентов-выпускников тренерского факультета./Сост. Осипова В.В. – Брянск: Издательство «Курсив», 2009. – 29 с.	Ученый совет БФ НГУ им. ПФ лесгафта, Санкт- Петербург	1
МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА		
Дневник практиканта по преддипломной практике: Методические рекомендации/Сост. Тришина Т.А., Ковтун Н.В., Калуп С.С. – Брянск: Издательство ООО «Наяда», 2006. – 51 с.		1

Учебные пособия:

Учебное пособие	Автор	Издательство
Средства индивидуальной и групповой помощи	С.Г. Демковский	г. Москва, «Магистр-ПРО»
Первая помощь при отравлениях, обморожениях, перегревании	С.Г. Демковский	г. Москва, «Магистр-ПРО»
Первая помощь при ожогах	С.Г. Демковский	г. Москва, «Магистр-ПРО»
Первая помощь при травмах	С.Г. Демковский	г. Москва, «Магистр-ПРО»
Первая помощь при острых нарушениях дыхания	С.Г. Демковский	г. Москва, «Магистр-ПРО»
Первая помощь при кровотечениях	С.Г. Демковский	г. Москва, «Магистр-ПРО»