

Приложение № 14 к приказу ОГБУЗ «ТЦМК» от 26.05.26 № 24

Областное государственное бюджетное учреждение здравоохранения

«Территориальный центр медицины катастроф»

УТВЕРЖДАЮ

Начальник ОГБУЗ «Территориальный

центр медицины катастроф»



Н.Л. Денисов

«26» 05 2026

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

для населения

«Ознакомление с основами оказания первой помощи»

Направленность – прикладная социально-гуманитарная

Нормативный срок освоения программы 3 ак. часа

Учреждение – разработчик: Областное государственное бюджетное учреждение здравоохранения «Территориальный центр медицины катастроф»

Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Цели и задачи Программы	4
3. Условия реализации Программы.....	5
4. Учебный план.....	7
5. Содержание Программы	9

1.Пояснительная записка

1.1. Настоящая Дополнительная общеобразовательная программа «Ознакомление с основами оказания первой помощи» (далее – Программа) разработана с целью повышения уровня осведомленности обучающихся об основах оказания первой помощи, формирования у них устойчивого понимания важности этих знаний и умений, а также развития практических навыков, необходимых для адекватных действий в экстренных ситуациях.

Необходимость проведения обучающих мероприятий по первой помощи обусловлена также требованиями законодательства (например, Трудового кодекса РФ, который обязывает работодателей обучать сотрудников оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве) и общим стремлением к обеспечению безопасности жизнедеятельности населения.

1.2. Программа составлена на основе актуальных учебно-методических материалов по первой помощи, рекомендованных Министерством здравоохранения Российской Федерации для широкого круга населения с целью унификации и систематизации знаний и навыков оказания первой помощи.

1.3. Программа соответствует требованиям, изложенным в следующих нормативных правовых актах:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03 мая 2024 № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 31 мая 2024 г., регистрационный № 78363).

2. Цель и задачи программы

2.1. Цель программы:

Формирование у населения базовых теоретических знаний и практических навыков, необходимых для безопасного, своевременного и эффективного оказания первой помощи пострадавшим в экстренных и чрезвычайных ситуациях, до прибытия специализированной медицинской помощи.

2.2. Задачи программы

2.2.1. Теоретические задачи:

- Изучить понятие первой помощи, ее принципы и законодательные основы.
- Освоить алгоритм действий при обнаружении пострадавшего, включая оценку ситуации и обеспечение безопасности.
- Усвоить основы диагностики состояний, угрожающих жизни (отсутствие сознания, дыхания, признаков кровообращения).
- Ознакомиться с современными подходами к сердечно-легочной реанимации (СЛР) у взрослых.
- Изучить методы оказания первой помощи при различных видах кровотечений.
- Понять основные принципы оказания первой помощи при нарушении проходимости дыхательных путей.
- Осознать важность и освоить правила оказания первой помощи при травмах (например, переломы, ожоги, обморожения).
- Изучить порядок вызова экстренных оперативных служб.
- Ознакомиться с содержимым аптечки первой помощи.

2.2.2 Практические задачи:

- Отработать навыки оценки обстановки и обеспечения собственной безопасности.
- Отработать приемы первичного осмотра пострадавшего для определения наличия сознания и дыхания.
- Овладеть техниками проведения сердечно-легочной реанимации (СЛР) у взрослых на манекене.

- Отработать приемы остановки наружных кровотечений (прямое давление, наложение давящей повязки, применение кровоостанавливающего жгута/турникета).
- Отработать прием выведения пострадавшего из бессознательного состояния в устойчивое боковое положение.
- Усвоить приемы помощи при нарушении проходимости дыхательных путей (например, прием Геймлиха).
- Развить умение действовать в стрессовых ситуациях, сохраняя спокойствие и принимая адекватные решения.

2.3. Воспитательные задачи:

- Воспитать у обучающихся ответственное отношение к вопросам безопасности жизнедеятельности.
- Привить чувство сопричастности и готовности прийти на помощь ближнему в экстренной ситуации.

3. Условия реализации Программы

3.1. Общие требования:

Обучение доступно для лиц, достигших 16 лет. Срок обучения: 3 академических часа.

- Курс рассчитан на слушателей без опыта оказания первой помощи.
- Слушатели должны быть мотивированы на получение знаний и освоение практических навыков, а также стремиться к повышению своей готовности к действиям в экстренных ситуациях.
- Наличие общего представления о строении человеческого тела (на уровне школьной программы) может быть полезным, но не является обязательным.
- Некоторые практические занятия могут требовать определенной физической активности (например, выполнение сердечно-легочной реанимации на манекене). Слушатели должны быть способны выполнять подобные действия.
- Важно быть готовым к восприятию информации об экстренных состояниях и травмах, а также к отработке действий в условиях, приближенных к реальным.

3.2. Формат обучения:

Обучение проводится в формате лекционных занятий и практических тренингов, включающих работу с манекенами, симуляторами и подручными средствами.

3.3. Форма контроля:

- Текущий контроль: Проводится в ходе практических занятий через наблюдение за выполнением приемов, устный опрос, решение ситуационных задач.
- Итоговый контроль: Формальный. Результат считается достигнутым при условии активного участия слушателя в практических занятиях и демонстрации базовых навыков выполнения ключевых приемов (СЛР, остановка кровотечения, оценка состояния).

3.4. Материально-техническое обеспечение:

- Учебный класс, оборудованный мультимедийным проектором и экраном.
- Учебные манекены (взрослый) для отработки СЛР (не менее 1 на 10-15 обучающихся).
- Взрослые манекены для отработки приемов (например, с возможностью моделирования ранений).
- Наборы для оказания первой помощи (перевязочный материал: бинты, салфетки; жгуты/турникеты; кровоостанавливающие пакеты).
- Средства для демонстрации (плакаты, схемы, видеоматериалы).
- Средства индивидуальной защиты для обучающихся (одноразовые перчатки, маски).
- Реквизит для создания ситуаций (например, имитация "крови", "травмы").

4. Учебный план

№	Наименование модуля/темы	Общий объем (ак. ч.)	Лекции (ак. ч.)	Практические занятия (ак. ч.)	Форма контроля (текущий)
Раздел 1. Основы и оценка ситуации.					
1.1	Понятие первой помощи, законодательство. Алгоритм действий при обнаружении пострадавшего. Оценка безопасности.	0.75	0.5	0.25	Устный опрос, решение ситуационных задач
1.2	Оценка состояния пострадавшего: сознание, дыхание. Определение клинической смерти.	0.5	0.25	0.25	Демонстрация навыков
Раздел 2. Сердечно-легочная реанимация (СЛР).					
2.1	Непрямой массаж	1	0.25	0.75	Практическая

№	Наименование модуля/темы	Общий объем (ак. ч.)	Лекции (ак. ч.)	Практические занятия (ак. ч.)	Форма контроля (текущий)
	сердца и искусственное дыхание (техника, периодичность, соотношение).				отработка на манекене
Раздел 3. Первая помощь при травмах и критических состояниях.					
3.1	Первая помощь при кровотечениях. Основные виды кровотечений. Методы остановки (прямое давление, жгут/турникет, давящая повязка).	0.5	0.25	0.25	Демонстрация навыков
3.2	Первая помощь при непроходимости дыхательных путей (прием Геймлиха). Устойчивое боковое положение.	0.25	0.125	0.125	Практическая отработка

№	Наименование модуля/темы	Общий объем (ак. ч.)	Лекции (ак. ч.)	Практические занятия (ак. ч.)	Форма контроля (текущий)
ИТОГО:	3.0	1.375	1.625		

5. Содержание программы

Раздел 1. Основы и оценка ситуации (1.25 ак. часа)

Тема 1.1: Понятие первой помощи, законодательство. Алгоритм действий при обнаружении пострадавшего. Оценка безопасности. (0.75 ак. часа)

- Определение понятия "первая помощь" и ее значение.
- Краткий обзор законодательства РФ, регламентирующего оказание первой помощи.
- Алгоритм действий при обнаружении пострадавшего.
- Оценка и обеспечение собственной безопасности и безопасности окружающих.
- Оценка обстановки (наличие опасности, количество пострадавших).
- Вызов экстренных оперативных служб (112/103/101/102): информация, которую необходимо сообщить.
- Приближение к пострадавшему.
- Определение признаков жизни: сознание, дыхание, самостоятельное движение.

Тема 1.2: Оценка состояния пострадавшего: сознание, дыхание. Определение клинической смерти. (0.5 ак. часа)

- Определение сознания (реакция на голос, прикосновение).
- Определение дыхания (положение головы, прислушивание, ощущение дыхания на щеке).
- Определение признаков клинической смерти (отсутствие сознания, дыхания, отсутствие крупных видимых кровотечений).
- Основные виды травм и состояний, требующих первой помощи (краткий обзор).

Раздел 2. Сердечно-легочная реанимация (СЛР) (1 ак. час)

Тема 2.1: Непрямой массаж сердца и искусственное дыхание (техника, периодичность, соотношение). (1 ак. час)

- Механизм действия СЛР.
- Правильная укладка пострадавшего для СЛР.
- Техника выполнения непрямого массажа сердца: положение рук, сила и частота компрессий.
- Техника выполнения искусственного дыхания (зажим носа, герметичность, объем вдоха).
- Рекомендованное соотношение компрессий и вдохов (30:2).
- Непрерывность СЛР до прибытия помощи, смены спасателя или появления признаков жизни.
- Практическая отработка на манекене.

Раздел 3. Первая помощь при травмах и критических состояниях (0.75 ак. часа)

Тема 1: Первая помощь при кровотечениях. Основные виды кровотечений. Методы остановки (прямое давление, жгут/турникет, давящая повязка). (0.5 ак. часа)

- Виды кровотечений: артериальное, венозное, капиллярное.
- Признаки наружного кровотечения.
- Методы остановки кровотечений:
- Прямое давление на рану.
- Наложение давящей повязки.
- Наложение кровоостанавливающего жгута (турникета): правила, места наложения, время.
- Использование подручных средств (ремень, шарф).
- Практическая отработка на манекене/тренажере (наложение жгута, давящей повязки).

Тема 2: Первая помощь при непроходимости дыхательных путей (прием Геймлиха). Устойчивое боковое положение. (0.25 ак. часа)

- Признаки и причины удушья.
- Прием Геймлиха (для взрослого).
- Техника выведения пострадавшего в устойчивое боковое положение (особенно значимо при рвоте или бессознательном состоянии).

Практическая отработка.