

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П. Астафьева»

(КГПУ им. В.П. Астафьева)

**ПРЕДМЕТНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ МОДУЛЬ**  
**Первая помощь**  
рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Ж2 Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности**  
Квалификация **Бакалавр**  
44.03.05 Физическая культура с дополнительным образованием.plx  
44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)  
Форма обучения **очная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72  
в том числе:  
аудиторные занятия 26  
самостоятельная работа 45,85  
контактная работа во время  
промежуточной аттестации (ИКР) 0,15  
Виды контроля в семестрах:  
зачеты 5

**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	5 (3.1)		Итого	
	14 3/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	8	8	8	8
Лабораторные	10	10	10	10
Практические	8	8	8	8
Контактная работа (промежуточная аттестация) зачеты	0,15	0,15	0,15	0,15
В том числе в форме практ. подготовки	12	12	12	12
Итого ауд.	26	26	26	26
Контактная работа	26,15	26,15	26,15	26,15
Сам. работа	45,85	45,85	45,85	45,85
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):

*к.мн., доцент, Казакова Галина Николаевна*

Рабочая программа дисциплины

**Первая помощь**

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 125)

составлена на основании учебного плана:

44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)

направленность (профиль) образовательной программы

Физическая культура с дополнительным образованием

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Ж2 Медико-биологических основ физической культуры и безопасности жизнедеятельности**

Протокол от 04.05.2022 г. № 9

Зав. кафедрой к.п.н., доцент Казакевич Наталья Николаевна

Председатель НМСС(С)

12.05.2022 г. № 7

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Овладение будущими бакалаврами теоретическими знаниями и практическими навыками по симптоматике наиболее распространенных неотложных состояний, оказанию первой помощи и предупреждению угрожающих жизни ситуаций и состояний, возникающих при ЧС.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП: Б1.ВДП.01

### 2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

2.1.1 Безопасность жизнедеятельности

2.1.2 Основы медицинских знаний

2.1.3 Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья

### 2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

2.2.1 Спортивная медицина

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**УК-7: Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности**

**УК-7.2: Владеет технологиями здорового образа жизни и здоровьесбережения, отбирает комплекс физических упражнений с учетом их воздействия на функциональные и двигательные возможности, адаптационные ресурсы организма и на укрепление здоровья**

### Знать:

Уровень 1 В процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм.

Уровень 2 Как использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни.

Уровень 3 Как проводить профилактику травматизма, оказывать первую помощь.

### Уметь:

Уровень 1 Использовать средства избранного вида спорта для формирования навыков здорового образа жизни при проведении занятий рекреационной, оздоровительной направленности с лицами различного пола и возраста.

Уровень 2 Принимать меры к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся.

Уровень 3 Использовать приемы первой помощи, методы защиты в чрезвычайных ситуациях

### Владеть:

Уровень 1 Оценкой состояния организма индивидуума.

Уровень 2 Методами и способами применения упражнений для коррекции.

Уровень 3 Создание профилактических и оздоровительных комплексов упражнений для оздоровления индивидуума.

**УК-8: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов**

**УК-8.2: Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения**

### Знать:

Уровень 1 Знает характеристики наиболее часто встречающихся типов опасностей природного, техногенного и социального происхождения, основные права и обязанности граждан по обеспечению безопасности жизнедеятельности

Уровень 2 Знает характеристики наиболее часто встречающихся типов опасностей природного, техногенного и социального происхождения, факторы, обуславливающие возникновение чрезвычайных ситуаций

Уровень 3 Знает характеристики наиболее часто встречающихся типов опасностей природного, техногенного и социального происхождения, факторы, обуславливающие возникновение чрезвычайных ситуаций и способы оценки риска их возникновения

### Уметь:

Уровень 1 Умеет грамотно оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях, возникающих в повседневной жизни

Уровень 2 Умеет поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; грамотно оказывать первую помощь в отдельных видах чрезвычайных ситуаций, возникающих в трудовой и повседневной жизни

Уровень 3 Умеет выявлять признаки, причины и условия возникновения чрезвычайных ситуаций; оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению; оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях, возникающих в трудовой и повседневной жизни.

### Владеть:

Уровень 1	Имеет практический опыт поддержания безопасных условий жизнедеятельности в повседневной жизни.
Уровень 2	Имеет практический опыт поддержания безопасных условий жизнедеятельности в трудовой и повседневной жизни.
Уровень 3	Имеет практический опыт оценки риска безопасности и поддержания безопасных условий жизнедеятельности в трудовой и повседневной жизни.
<b>ПК-7: Способен к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся в учебно-воспитательном процессе и внеурочной деятельности</b>	
<b>ПК-7.1: Применяет меры профилактики детского травматизма и использует здоровьесберегающие технологии в учебном процессе</b>	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	Возрастные особенности развития организма человека.
Уровень 2	Меры профилактики детского травматизма.
Уровень 3	Применение здоровьесберегающих технологий в учебном процессе.
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	Использовать социокультурный потенциал страны для решения задач физического, психического и социального здоровья обучающихся.
Уровень 2	Основывать выбор эффективных здоровьесберегающих технологий в соответствии с моделью теории и практики педагогической работы.
Уровень 3	Использовать медико-социальные методы и технологии в педагогической работе.
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	Современной стратегией обеспечения здоровья, основными технологиями обеспечения физического, психического и социального здоровья.
Уровень 2	Методами, способствующими повышению адаптационных резервов организма, общему оздоровлению.
Уровень 3	Навыками устанавливать причинно-следственные связи здоровья и среды обитания, грамотно применять практические навыки ЗОЖ.
<b>ПК-7.2: Оказывает первую доврачебную помощь обучающимся</b>	
<b>Знать:</b>	
Уровень 1	Основные принципы охраны детей и подростков; организацию и структурно-функциональные основы деятельности учреждений здравоохранения и социального обслуживания населения, в т.ч. детского.
Уровень 2	Нормативно-правовую базу оказания первой помощи и охраны здоровья детей и подростков.
Уровень 3	Основы первой медицинской помощи при травмах; теоретические основы неотложных состояний и ПМП при них; основы ухода за больными; теоретические основы профилактики инфекционных заболеваний (основы эпидемиологии и иммунологии).
<b>Уметь:</b>	
Уровень 1	Распознавать неотложные состояния пострадавших в чрезвычайной ситуации, выбирать адекватные приемы первой помощи и реализовывать эти приемы в условиях учебной ситуации.
Уровень 2	Анализировать предложенные примеры чрезвычайных ситуаций, оценивая их возможное негативное воздействие на людей.
Уровень 3	По простым клиническим признакам оценить общее состояние внезапно заболевшего или пострадавшего: состояние сознания; сердечно-сосудистой системы (частота пульса, величина артериального давления); дыхательной системы (характер и тип дыхания, частота дыхания, наличие одышки).
<b>Владеть:</b>	
Уровень 1	Технологиями применения разных приемов первой помощи, методов защиты в условиях чрезвычайных ситуаций.
Уровень 2	Навыками оценки безопасности места происшествия и навыками первичного осмотра пострадавшего в чрезвычайной ситуации.
Уровень 3	Оказания первой помощи при неотложных состояниях; проведения реанимационных мероприятий при травме, термических поражениях.

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте пакт.	Пр. подгот.	Примечание
	Раздел 1. I. Введение в предмет. Первая помощь при травмах и неотложных состояниях.							

1.1	«Введение в предмет: цели, задачи. Принципы и правила оказания первой помощи. Табельные и подручные средства. Требования к содержанию аптечки». /Лек/	5	2	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.2	«Травмы различных областей тела. Виды ран. Осложнения ран: кровотечение, инфицирование, травматический шок». /Лек/	5	2	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.3	«Переломы. Классификация. Алгоритм действий при переломах различных частей скелета. Правила транспортировки пострадавших». /Лек/	5	2	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.4	«Отморожение и другие эффекты воздействия низких температур. Классификация. Ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения. Правила определения площади поражения тела. Классификация степени поражения. Алгоритм оказания первой помощи». /Лек/	5	2	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.5	Принципы и правила оказания первой помощи. Табельные и подручные средства. Требования к содержанию аптечки. /Пр/	5	2	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2		2	Составить аптечку для похода.
1.6	Первая помощь при травмах различных областей тела. Виды ран. Осложнения ран: кровотечение, инфицирование, травматический шок. /Пр/	5	2	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2		2	Наложение жгута Эсмарха при артериальном кровотечении.
1.7	Переломы. Основы десмургии. Иммобилизация. Классификация табельных и подручных средств для иммобилизации. /Пр/	5	2	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2		2	Наложение табельных шин при переломах конечностей. Иммобилизация поражённых конечностей: правила транспортировки.
1.8	Отморожения. Правила определения площади поражения тела. Классификация степени поражения. Алгоритм оказания первой помощи. /Пр/	5	2	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			

1.9	Пневмоторакс, перелом позвоночника, таза, черепно-мозговая травма: правила транспортировки. /Лаб/	5	4	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2		4	Использование табельных и подручных средств для транспортировки пострадавших.
1.10	Ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения. Правила определения площади поражения тела. Классификация степени поражения. Алгоритм оказания первой помощи. /Лаб/	5	4	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.11	Резанционные мероприятия: непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких. Устойчивое боковое положение. /Лаб/	5	2	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2		2	Отработка навыков оказания реанимационных мероприятий на манекене.
1.12	Зачет /КРЗ/	5	0,15	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			Ответы на вопросы. Тесты к зачету.
1.13	Диагностика вывихов, способы оказания первой помощи. /Ср/	5	4	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.14	Обеспечение свободной проходимости верхних дыхательных путей (туалет полости ротоглотки, тройной прием Сафара). /Ср/	5	4	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.15	Этические нормы при оказании первой помощи пострадавшим. /Ср/	5	4	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.16	Этика и деонтология при оказании первой помощи. /Ср/	5	4	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.17	Особенности сердечно-легочной реанимации у пожилых людей. /Ср/	5	4	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.18	Наложение повязок на различные участки тела. Переноска пострадавшего с помощью подручных средств, «замка из рук», носилок и др. /Ср/	5	6	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.19	Понятие об асептике и антисептике. Перечень разрешённых средств для оказания первой помощи. /Ср/	5	6	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.20	Юридические аспекты оказания первой помощи. /Ср/	5	6	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.21	Принципы и правила транспортировки пострадавших с различными видами поражений. /Ср/	5	6	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			
1.22	Индивидуальные средства защиты при оказании первой помощи. /Ср/	5	1,85	ПК-7.1 ПК-7.2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2			

#### 5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ (ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА)

**для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации****5.1. Контрольные вопросы и задания**

Контрольные вопросы и задания для проведения входного и текущего контроля

1. Терминальные состояния: клиническая и биологическая смерть (основные признаки, различия).
2. Проведение сердечно-легочной реанимации: правила и методики проведения, показания/противопоказания.
3. Обеспечение свободной проходимости верхних дыхательных путей (туалет полости ротоглотки, тройной прием Сафара).

**5.2. Темы письменных работ**

Темы рефератов

1. Принципы и правила оказания первой помощи.
2. Индивидуальные средства защиты.
3. Этика и деонтология при оказании первой медицинской помощи.

**5.3. Оценочные материалы (оценочные средства)**

Тесты к зачету

1. Укажите критические состояния, которые можно всегда отнести к "травме, несовместимой с жизнью":
  - а) клиническая смерть б) обструкция ВДП
  - в) открытая ЧМТ
  - г) разрушение вещества головного мозга
  - д) ампутация части туловища
2. Укажите достоверные признаки биологической смерти:
  - а) трупное окоченение
  - б) отсутствие дыхания
  - в) отсутствие сердцебиения
  - г) трупные пятна
  - д) расширенные зрачки
3. Укажите частоту дыхания здорового взрослого человека в покое:
  - а) 8-11 раз в минуту
  - б) 12-18 раз в минуту
  - в) 19-30 раз в минуту
  - г) все ответы верны
  - д) ничего из перечисленного

**6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)****6.1. Рекомендуемая литература****6.1.1. Основная литература**

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Адрес
Л1.1	Мальков О. А., Говорухина А. А., Новоселова А. А., Багнетова Е. А., Мальков О. А., Говорухина А. А., Новоселова А. А., Багнетова Е. А.	Первая помощь: учебное пособие	Сургут: СурГПУ, 2019	<a href="https://e.lanbook.com/book/151879">https://e.lanbook.com/book/151879</a>
Л1.2	Кадыков В. А., Мохов Е. М., Морозов А. М.	Первая доврачебная помощь: учебное пособие для вузов	Москва: Юрайт, 2022	<a href="https://urait.ru/bcode/495072">https://urait.ru/bcode/495072</a>

**6.1.2. Дополнительная литература**

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Адрес
Л2.1	Беляков Г. И.	Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда в 3 т. Том 1: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2022	<a href="https://urait.ru/bcode/488935">https://urait.ru/bcode/488935</a>
Л2.2	Родионова О. М., Аникина Е. В., Лавер Б. И., Семенов Д. А.	Медико-биологические основы безопасности. Охрана труда: учебник для вузов	Москва: Юрайт, 2022	<a href="https://urait.ru/bcode/489121">https://urait.ru/bcode/489121</a>

### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

1. Microsoft® Windows® 8.1 Professional (ОЕМ лицензия, контракт № 20А/2015 от 05.10.2015);
2. Kaspersky Endpoint Security – Лиц сертификат №1В08-190415-050007-883-951;
3. 7-Zip - (Свободная лицензия GPL);
4. Adobe Acrobat Reader – (Свободная лицензия);
5. Google Chrome – (Свободная лицензия);
6. Mozilla Firefox – (Свободная лицензия);
7. LibreOffice – (Свободная лицензия GPL);
8. XnView – (Свободная лицензия);
9. Java – (Свободная лицензия);
10. VLC – (Свободная лицензия);

### 6.3.2 Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем

Elibrary.ru: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию. Адрес: <http://elibrary.ru> Режим доступа: Свободный доступ;  
Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн». Адрес: <https://biblioclub.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;  
Электронно-библиотечная система издательства «ЛАНЬ». Адрес: [e.lanbook.com](http://e.lanbook.com) Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;  
Образовательная платформа «Юрайт». Адрес: <https://urait.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;  
ИС Антиплагиат: система обнаружения заимствований. Адрес: <https://krasspu.antiplagiat.ru> Режим доступа: Индивидуальный неограниченный доступ;  
Консультант Плюс /Электронный ресурс/: справочно – правовая система. Адрес: Научная библиотека Режим доступа: Локальная сеть вуза;

## 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Перечень учебных аудиторий и помещений закрепляется ежегодным приказом «О закреплении аудиторий и помещений в Федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева на текущий год» с обновлением перечня программного обеспечения и оборудования в соответствии с требованиями ФГОС ВО, в том числе:

1. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
2. Помещения для самостоятельной работы обучающихся
3. Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования
4. Перечень лабораторий.

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.

Изучение дисциплины проводится в форме лекций, семинарских, лабораторных занятий и самостоятельной работы студентов.

Степень освоения учебной дисциплины отражается рейтинговыми баллами, набранными студентами за различные виды работы и складывается из рейтинга за самостоятельную работу, аудиторную и результатов прохождения контрольных мероприятий.

Для набора необходимого рейтингового балла наряду с самостоятельной работой рекомендуется придерживаться следующих советов:

1. Регулярно посещать аудиторские занятия.
2. Активно работать на семинарских занятиях (участвовать в обсуждении поставленных вопросов на основании ранее полученных знаний), добросовестно выполнять другие виды самостоятельных и творческих работ, предусмотренных рабочей программой дисциплины.
3. Во время прохождения тестирования стремиться к тому, чтобы ответить правильно на все вопросы теста, чем больше правильных ответов вы дадите, тем большее количество рейтинговых баллов получите за тест.
4. Во время сдачи зачёта отвечать на поставленный вопрос билета развернуто, тем самым вы сможете избежать уточняющих вопросов преподавателя и получить наивысший рейтинг.