

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА ГОРОДА МОСКВЫ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ "МОСКОВСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ СПОРТА И ТУРИЗМА"  
(ГАОУ ВО МГУСнТ)

УТВЕРЖДАЮ

Директор института среднего  
профессионального образования

 Т.Г. Прокопович

«28» Сентября 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебной дисциплины:** ОП.15 «Основы оказания первой помощи»

**код специальности:** 49.02.01 – Физическая культура

**квалификация:** педагог по физической культуре и спорту

**форма обучения** – очная


Москва

2022

Рабочая программа дисциплины «Основы оказания первой помощи» (2021 год набора) составлена на основании ФГОС среднего профессионального образования, утвержденного Минобрнауки РФ от «11» августа 2014 г. № 976 и учебного плана ГАОУ ВО МГУСиТ по специальности среднего профессионального образования 49.02.01 – Физическая культура.

Разработчик(и) рабочей программы:


Преподаватель:  
(старший преподаватель кафедры физиологии спорта и физического воспитания)

  
«29» 08 2022 г.

Широкова Т. И.

Рассмотрено и одобрено на заседании предметно-цикловой комиссии  
Общепрофессиональных дисциплин «29» августа 2022 г., протокол № 1.


Председатель предметно-цикловой комиссии  
Общепрофессиональных дисциплин

  
«29» 08 2022 г.

Мамедова Н.Х.

СОГЛАСОВАНО:

Начальник отдела методического обеспечения и контроля качества образовательного процесса

  
«29» 08 2022 г.

Федорова О.В.

Специалист по УМР отдела методического обеспечения и контроля качества образовательного процесса

  
«29» 08 2022 г.

Аверьянова Е.В.

## СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины.....	
2. Структура и примерное содержание учебной дисциплины.....	6
3. Условия реализации учебной дисциплины.....	
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины.....	

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ»

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы первой помощи» является частью программы подготовки специалистов среднего звена (далее-ППССЗ), разработанной в соответствии с ФГОС по специальности 49.02.01 – Физическая культура, квалификация – педагог по физической культуре и спорту.

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы первой помощи» может быть использована другими учреждениями среднего профессионального образования, реализующими образовательную программу среднего профессионального образования.

**1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** учебная дисциплина является вариативной и входит в состав профессионального цикла (П) общепрофессиональных дисциплин (ОП).

Результатом освоения программы является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями: ОК 1 – 12, ПК 1.1 - 1.8, ПК 2.1 - 2.6, 3.1 - 3.5

## 1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Целью данной дисциплины является формирование представлений об организации первой помощи в Российской Федерации, о правовых аспектах оказания первой помощи, о содержании и объеме оказания первой помощи, освоение алгоритмов и выработка навыков, обеспечивающих сохранение жизнеспособности пострадавшим до получения медицинской помощи.

Задачи дисциплины:

- ознакомление обучающихся с теоретическими и правовыми основами оказания первой помощи при несчастных случаях и неотложных состояниях;
- освоение обучающимися алгоритма действий при оказании первой помощи пострадавшему в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- выработка практических навыков оказания первой помощи и транспортировки с учетом состояния пострадавшего.

Программа связана с такими профессиональными дисциплинами учебного плана как «Анатомия», «Физиология с основами биохимии», «Безопасность жизнедеятельности».

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **уметь**:

- оценить состояние пострадавшего;
- оказать требуемую первую помощь;
- транспортировать пострадавшего при необходимости;
- применять средства оказания первой помощи.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен **знать**:

- порядок вызова скорой медицинской помощи;
- последовательность оказания первой помощи;
- способы и средства оказания первой помощи;
- виды травм, ранений и способы их лечения

Результатом освоения программы учебной дисциплины является овладение обучающимися видом профессиональной деятельности, в том числе профессиональными (ПК) и общими (ОК) компетенциями:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, взаимодействовать с коллегами и социальными партнерами.

ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность занимающихся физической культурой и спортом, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за качество учебно-тренировочного процесса и организации физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Осуществлять профессиональную деятельность в условиях обновления ее целей, содержания и смены технологий.

ОК 10. Осуществлять профилактику травматизма, обеспечивать охрану жизни и здоровья занимающихся.

ОК 11. Строить профессиональную деятельность с соблюдением правовых норм, ее регулирующих.

ОК 12. Владеть профессионально значимыми двигательными действиями избранного вида спорта, базовых и новых видов физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 1.1. Определять цели и задачи, планировать учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.2. Проводить учебно-тренировочные занятия.

ПК 1.3. Руководить соревновательной деятельностью спортсменов.

ПК 1.4. Осуществлять педагогический контроль, оценивать процесс и результаты деятельности спортсменов на учебно-тренировочных занятиях и соревнованиях.

ПК 1.5. Анализировать учебно-тренировочные занятия, процесс и результаты руководства соревновательной деятельностью.

ПК 1.6. Проводить спортивный отбор и спортивную ориентацию.

ПК 1.7. Подбирать, эксплуатировать и готовить к занятиям и соревнованиям спортивное оборудование и инвентарь.

ПК 1.8. Оформлять и вести документацию, обеспечивающую учебно-тренировочный процесс и соревновательную деятельность спортсменов.

ПК 2.1. Определять цели, задачи и планировать физкультурно-спортивные мероприятия и занятия с различными возрастными группами населения.

ПК 2.2. Мотивировать население различных возрастных групп к участию в физкультурно-спортивной деятельности.

ПК 2.3. Организовывать и проводить физкультурно-спортивные мероприятия и занятия.

ПК 2.4. Осуществлять педагогический контроль в процессе проведения физкультурно-спортивных мероприятий и занятий.

ПК 2.5. Организовывать обустройство и эксплуатацию спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 2.6. Оформлять документацию (учебную, учетную, отчетную, сметно-финансовую), обеспечивающую организацию и проведение физкультурно-спортивных мероприятий и занятий, и функционирование спортивных сооружений и мест занятий физической культурой и спортом.

ПК 3.1. Разрабатывать методическое обеспечение организации учебно-тренировочного процесса и руководства соревновательной деятельностью спортсменов в избранном виде спорта.

ПК 3.2. Разрабатывать методическое обеспечение организации и проведения физкультурно-спортивных занятий с различными возрастными группами населения.

ПК 3.3. Систематизировать педагогический опыт в области физической культуры и спорта на основе изучения профессиональной литературы, самоанализа и анализа деятельности других педагогов.

ПК 3.4. Оформлять методические разработки в виде отчетов, рефератов, выступлений.

ПК 3.5. Участвовать в исследовательской и проектной деятельности в области образования, физической культуры и спорта.

**Количество часов, отведенное на освоение программы дисциплины, в том числе:**

максимальная учебная нагрузка - 48 часов, в том числе:

обязательная аудиторная учебная нагрузка - 36 часов;

самостоятельная (аудиторная) работы - 12 часа.

## **2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы.**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	
в том числе:	
лекционные занятия	
семинарские занятия	
<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	
в том числе:	
написание конспекта	
подготовка презентации	
<b>Промежуточная аттестация в форме: 4 семестр - итоговое занятие</b>	

## 2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины «Основы первой помощи»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>Раздел 1. Введение в дисциплину «Основы первой помощи».</b>			
<b>Тема 1.1. Первая помощь: правила и особенности</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		3
	1. Уровни оказания первой помощи.		
	2. Правовые аспекты оказания первой помощи		
	3. Перечень состояний и мероприятий по оказанию первой помощи.		
<b>Раздел 2. Первая помощь при различных состояниях</b>			
<b>Тема 2.1 Сердечно-легочная реанимация</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	1. Понятие о реанимации и терминальных состояниях.		
	2. Объем и последовательность реанимационных мероприятий.		
	3. Компрессии грудной клетки (непрямой массаж сердца).		
	4. Искусственная вентиляция лёгких (ИВЛ).		
	5.Методика выполнение комплекса сердечно-легочной реанимации (СЛР).		
	6. Признаки эффективности СЛР.		
	7. Ошибки при проведении СЛР и их последствия.		
	8. Приемы оказания первой помощи при инородных телах в дыхательных путях.		
	<b>Самостоятельная работа:</b> подготовить конспект на тему «Первая помощь при инородных телах верхних дыхательных путей».		
<b>Тема 2.2. Первая помощь при кровотечениях и ранениях</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	1. Виды кровотечения. Первая помощь при кровотечениях.		
	2. Методы остановки кровотечений (временные и постоянные).		
	3.Правила наложения повязок.		
<b>Самостоятельная работа:</b> подготовить конспект на тему «Строение и функции кровеносных сосудов».			
<b>Тема 2.3. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	1. Травмы конечностей.		
	2. Травмы позвоночника.		
	3. Травмы головы.		
	4. Травмы грудной клетки.		

	5. Травмы живота и таза.		
	6. Правила транспортировки пострадавших.		
	<b>Самостоятельная работа:</b> подготовить презентацию на тему «Правила извлечения пострадавшего из автомобиля».		
<b>Тема 2.4. Первая помощь при утоплениях</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	1. Утопление истинное (синее).		
	2. Экстренная помощь при истинном утоплении.		
	3. Бледное утопление.		
	4. Особенности оказания первой помощи в случае бледного утопления.		
<b>Тема 2.5. Первая помощь при поражении электрическим током</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	1. Вероятные причины поражения электрическим током.		
	2. Клиническая картина электротравмы.		
	3. Первая помощь при поражении электрическим током.		
<b>Тема 2.6. Первая помощь при отравлениях</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	1. Пути попадания токсических веществ в организм.		
	Общие признаки отравлений.		
	3. Первая помощь при отравлениях.		
	4. Предупреждение случаев отравлений.		
	<b>Самостоятельная работа:</b> подготовить конспект на тему «Первая медицинская помощь при поражении радиоактивными веществами».		
<b>Тема 2.7. Первая помощь при ожогах, тепловой и холодовой травме</b>	<b>Содержание учебного материала:</b>		
	1. Первая помощь при термических и химических ожогах, ожоговом шоке.		
	2. Первая помощь при отморожении, переохлаждении.		
	3. Первая помощь при перегревании.		
<b>Итоговое занятие за 4 семестр</b>			
		<b>Всего:</b>	



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

##### Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.

**Оборудование кабинета:** письменные столы (24 шт.); Стулья (48 шт.); Флип-чарт (1 шт.); Смарт телевизор (1 шт.);

Аптечка (1 шт.); Металлический шкаф (4 шт.) Огнетушитель углекислотный ОУ-2 (1 шт.) Огнетушитель воздушно-эмульсионный ОВЭ-2

**Технические средства обучения:** Комплект рельефных моделей анатомии человека (1 шт.); Модель торса человека (двуполая, класса «люкс») (1 шт.); Модель мускулатуры головы и шеи (1 шт.); Модель кожи человека, с ожоговыми поражениями (1 шт.); Модель мышечного волокна 3B MICRO anatomy™ (1 шт.); Модель структуры кости 3B Scientific (1 шт.); Модель гибкого скелета «Fred» класса «люкс» (1 шт.); Набор из двадцати четырех позвонков, материал BONElike™ (1 шт.); Модель шейного отдела позвоночника 3B Scientific (1 шт.); Модель грудного отдела позвоночника 3B Scientific (1 шт.); Модель поясничного отдела позвоночника 3B Scientific (1 шт.); Модель гибкого позвоночника с головками бедренных костей и разметкой мышц класса «люкс» (1 шт.); Модель двух поясничных позвонков с пролапсом межпозвонкового диска (1 шт.); Модель стадий пролапса диска 3B Scientific (1 шт.); Имитатор грыжи межпозвонкового диска; Модель мозга 3B Scientific (1 шт.); Модель плечевого сустава 3B Scientific (1 шт.); Модель тазобедренного сустава 3B Scientific, артикул (1 шт.); Модель коленного сустава 3B Scientific; Модель сердца на диафрагме 3B Scientific (1 шт.); Манекен Choking Charlie (Поперхнувшийся Чарли) (1 шт.) First Aid Training Manikin. Манекен для обучения СЛР и первой помощи (2 шт.) Модули травмы (Расширенный набор) (1 шт.) Автоматический тонометр на плечо AND UA-777 AC с адаптером (6 шт.); Spirotest прибор для измерения емкости легких (5 шт.); Пульсоксиметр наплечный серии MD300C MD300C12 с принадлежностями (10 шт.); Автоматизированная диагностическая система аппаратно-программный комплекс - АПК «Амсат-Коверт» (1 шт.); Массажный стол (2 шт.); Динамометр кистевой ДК-25 (5 шт.); Фиксирующий шейный воротник Stifneck Select (2 шт.);

Рабочее место преподавателя: ноутбук с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

##### Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

###### *Основные источники:*

Андриянова, Е. Ю. Спортивная медицина : учебное пособие для вузов / Е. Ю. Андриянова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 325 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12603-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496351>

Кадыков, В. А. Первая доврачебная помощь : учебное пособие для вузов / В. А. Кадыков, Е. М. Мохов, А. М. Морозов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 241 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12940-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495072>

###### *Дополнительные источники:*

3. Кадыков, В. А. Оказание доврачебной медицинской помощи при неотложных и экстренных состояниях : учебное пособие для среднего профессионального образования / В. А. Кадыков, Е. М. Мохов, А. М. Морозов. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 241 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-5

Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14311-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:

4

7

4

#### *Интернет-ресурсы:*

Доступ к электронно-библиотечным системам:

–Национальный цифровой ресурс Руконт: [www.rucont.ru](http://www.rucont.ru);

–Образовательная платформа Юрайт: <https://urait.ru/>.

.

—

Т  
е  
к  
с  
т

;

э  
л  
е  
к  
т  
р  
о  
н  
н  
ы  
й

/

/

О  
б  
р  
а  
з  
о  
в  
а  
т  
е  
л  
ь  
н  
а  
я

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляются преподавателем в процессе проведения семинарских и практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

<b>Коды формируемых профессиональных и общих компетенций</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Форма контроля и оценивания</b>
ОК 1-12 ПК 1.1 - 1.8 ПК 2.1 - 2.6 ПК 3.1 - 3.5	В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь: - оценить состояние пострадавшего; - оказать требуемую первую помощь; - транспортировать пострадавшего при необходимости; - применять средства оказания первой помощи.	- конспекты; - презентации; - итоговое занятие.
	В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать: - порядок вызова скорой медицинской помощи; - последовательность оказания первой помощи; - способы и средства оказания первой помощи; - виды травм, ранений и способы их лечения	