

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«Томский государственный педагогический университет»**  
**(ТГПУ)**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по ОД

М. С. Садиева

«22» мая 2023 г.

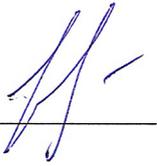
**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА**  
**(ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ)**

**«Оказание первой помощи»**

Томск 2023

**Разработчики дополнительной профессиональной программы  
(программы повышения квалификации):**

Федотов Андрей Сергеевич, кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры безопасности жизнедеятельности.



---

**Согласовано:**

Проректор по НОУД



---

подпись

Швабауэр О.А.

ФИО

Зам.директора НБ им. А.М.  
Волкова ТППУ



---

подпись

Козлова О.В.

ФИО

Директор ЦДОРК



---

подпись

Федорова Н.А.

ФИО

## 1. Общая характеристика ДПП (программы повышения квалификации)

**1.1. Цель реализации программы:** совершенствование и/или получение новых профессиональных компетенций, необходимых для оказания первой доврачебной помощи для спасения жизни человека и/или предупреждения осложнений при несчастном случае.

**1.2. Планируемые результаты обучения:**

<b>Категория слушателей</b>	Профессорско-преподавательский состав высшего образования
<b>Единый квалификационный справочник</b>	Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей руководителей и специалистов высшего профессионального и дополнительного профессионального образования» (зарегистрирован в Минюсте РФ 23.03.2011 г. № 20237, утвержден Приказом Минздравсоцразвития РФ от 11.01.2011 № 1н)
<b>Должностные обязанности по ЕКС</b>	Контролирует соблюдение обучающимися (студентами, слушателями) правил по охране труда.
<b>Знать</b>	Правила по охране труда.

**1.3. Категория обучающихся:** профессорско-преподавательский состав высшего образования.

**1.4. Срок освоения программы:** 16 часов.

**1.5. Форма обучения:** заочная с применением электронного обучения.

**1.6. Режим занятий:** не более 8 часов в день.

## 2. Содержание программы

### 2.1. Рабочий учебный план

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	Вид учебных занятий, учебных работ			Формы контроля
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1.	<b>Раздел 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи. Порядок оказания первой помощи</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
2.	<b>Раздел 2. Первая помощь при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения. Сердечно-легочная реанимация</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
3.	<b>Раздел 3. Первая помощь при наружных и внутренних кровотечениях</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
4.	<b>Раздел 4. Первая помощь при травмах.</b>	<b>6</b>	<b>6</b>			
5.	<b>Раздел 5. Первая помощь при неотложных состояниях</b>	<b>3</b>	<b>3</b>			
6.	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>1</b>		<b>1</b>		<b>зачет</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>1</b>		

## 2.2. Календарный учебный график

Календарный учебный график содержит последовательность видов учебной деятельности, форм аттестации, конкретизирует режим занятий в период обучения, отражая особенности конкретного учебного периода – Приложение 1.

## 2.3. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе			Формы контроля
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи. Порядок оказания первой помощи</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
1.1	Основные понятия и нормативные правовые акты по охране труда (оказание первой помощи) РФ.	1	1			
1.2	Порядок оказания первой помощи.	1	1			
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Первая помощь при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения. Сердечно-легочная реанимация</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
2.1	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	1	1			
2.2	Сердечно-легочная реанимация	1	1			
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. Первая помощь при наружных и внутренних кровотечениях</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			
3.1	Оказание первой помощи при кровотечениях. Травматический шок	2	2			
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. Первая помощь при травмах.</b>	<b>6</b>	<b>6</b>			
4.1	Травмы. Оказание первой помощи при травмах. Транспортировка пострадавшего при различных травмах	6	6			
<b>5.</b>	<b>Раздел 5. Первая помощь при неотложных состояниях</b>	<b>3</b>	<b>3</b>			
5.1	Оказание первой помощи при неотложных состояниях	2	2			
5.2	Оказание первой помощи при других жизнеугрожающих состояниях	1	1			
<b>6.</b>	<b>Итоговая аттестация</b>	<b>1</b>		<b>1</b>		<b>зачет</b>
	<b>ИТОГО:</b>	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>1</b>		

## 2.4. Рабочая учебная программа

№ п/п	Наименование разделов и тем	Содержание
<b>Раздел 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи. Порядок оказания первой помощи</b>		
1.1.	Основные понятия и нормативные правовые акты по охране труда (оказание первой помощи) РФ.	<i>Лекция:</i> Основные понятия и нормативные правовые акты по охране труда (оказание первой помощи) РФ.
1.2.	Порядок оказания первой помощи	<i>Лекция:</i> Алгоритм оказания первой медицинской помощи. Важность оказания первой помощи. Аптечка первой помощи. Виды аптечек. Дополнительные средства первой помощи.
<b>Раздел 2. Первая помощь при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения. Сердечно-легочная реанимация</b>		
2.1.	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	<i>Лекция:</i> Основные признаки жизни у пострадавшего. Причины нарушения дыхания и кровообращения.
2.2.	Сердечно-легочная реанимация	<i>Лекция:</i> Современный алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации. Искусственное дыхание, техника проведения. Непрямой массаж сердца, техника проведения.
<b>Раздел 3. Первая помощь при наружных и внутренних кровотечениях</b>		
3.1.	Оказание первой помощи при кровотечениях. Травматический шок	<i>Лекция:</i> Понятия и признаки различных видов наружного кровотечения. Причины внутреннего кровотечения. Способы остановки кровотечений. Понятие о травматическом шоке, причины и признаки.
<b>Раздел 4. Первая помощь при травмах</b>		
4.1.	Травмы. Оказание первой помощи при травмах. Транспортировка пострадавшего при различных травмах	<i>Лекция:</i> Травмы, их виды. Первая помощь при ушибах, растяжениях, разрывах, сдавлениях и вывихах. Первая помощь при травмах черепа и мозга. Первая помощь при переломах. Первая помощь при травмах шеи. Первая помощь при травмах живота. Первая помощь при травмах позвоночника. Первая помощь при травмах глаз. Перевязки. Отморожения и тепловые травмы. Первая помощь при переохлаждениях и отморожениях. Первая помощь при ожогах, солнечном, тепловом ударе. Имобилизация. Техники и средства иммобилизации.
<b>Раздел 5. Первая помощь при неотложных состояниях</b>		
5.1	Оказание первой помощи при неотложных состояниях	<i>Лекция:</i> Понятие, виды неотложных состояний. Первая помощь при неотложных состояниях.
5.2	Оказание первой помощи при других жизненноугрожающих состояниях	<i>Лекция:</i> Оказание первой помощи при утоплениях. Оказание первой помощи при укусах. Оказание первой помощи при наличии инородного тела в верхних дыхательных путях. Особенности оказания первой помощи тучному пострадавшему, беременной женщине и ребёнку.

### 3. Формы аттестации и оценочные материалы

#### 3.1. Форма промежуточной аттестации.

Промежуточная аттестация не предусмотрена

#### 3.2. Форма итоговой аттестации

Итоговая аттестация по итогам освоения программы повышения квалификации проводится в форме зачета в виде онлайн-тестирования, содержащего 20 вопросов по материалам программы повышения квалификации. За каждый правильный ответ предусмотрен 1 балл. Таким образом, максимальное количество – 20 баллов.

##### Критерии оценивания:

Оценка «Зачтено» ставится по итогам тестирования, если получено 14 и более баллов из 20.

Оценка «Не зачтено» ставится по итогам тестирования, если получено менее 14 баллов.

Длительность итоговой аттестации – 1 академический час.

#### 3.3. Оценочные материалы

##### 3.3.1. Оценочные материалы промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация не предусмотрена

##### 3.3.2. Оценочные материалы итоговой аттестации

##### Вопросы онлайн-тестирования:

###### Вопрос 1

При открытом переломе конечностей, сопровождающемся артериальным кровотечением, оказание первой помощи начинается:

- а. С наложения жгута выше раны
- б. С наложения давящей повязки
- в. С наложения асептической повязки
- г. С наложения импровизированной шины

Правильный ответ: с наложения жгута выше раны.

###### Вопрос 2

Какое состояние является показанием для непрямого массажа сердца?

- а. При отсутствии сознания
- б. После освобождения пострадавшего от опасного фактора
- в. При отсутствии пульса
- г. При кровотечении

Правильный ответ: при отсутствии пульса.

###### Вопрос 3

Как следует уложить пострадавшего при потере им сознания и наличии пульса на сонной артерии для оказания первой помощи?

- а. На спину с вытянутыми ногами
- б. На бок так, чтобы согнутые колени опирались о землю, а верхняя рука находилась под щекой
- в. На спину с подложенным под голову валиком
- г. На живот, чтобы вызвать рвотный рефлекс

Правильный ответ: на бок так, чтобы согнутые колени опирались о землю, а верхняя рука находилась под щекой.

###### Вопрос 4

В каком объеме проводятся мероприятия при прекращении сердечной деятельности и дыхания у пострадавшего?

- a. Освобождение дыхательных путей, проведение искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца
- b. Проведение непрямого массажа сердца
- c. Освобождение дыхательных путей, проведение искусственной вентиляции легких
- d. Проведение искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца

Правильный ответ: освобождение дыхательных путей, проведение искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

#### Вопрос 5

Ритм сердечно-легочной реанимации, выполняемой при оказании первой помощи:

- a. 5 надавливаний на грудную клетку – 1 вдувание воздуха.
- b. 30 надавливаний на грудную клетку – 2 вдувания воздуха.
- c. 15 надавливаний на грудную клетку – 2 вдувания воздуха.
- d. 50 надавливаний на грудную клетку – 5 вдувания воздуха.

Правильный ответ: 30 надавливаний на грудную клетку – 2 вдувания воздуха.

#### Вопрос 6

Признаки обморока (в вопросе несколько правильных ответов)

- a. Прекращение дыхания и сердцебиения
- b. Резкая слабость, головокружение, звон в ушах и потемнение в глазах
- c. Звон в ушах и потемнение в глазах
- d. Носовое кровотечение

Правильные ответы: резкая слабость, головокружение, звон в ушах и потемнение в глазах, кратковременная потеря сознания (не более 3-4 мин).

#### Вопрос 7

Признаки артериального кровотечения (в вопросе несколько правильных ответов)

- a. Алая кровь
- b. Очень темный цвет крови
- c. Кровь из раны вытекает фонтанирующей струей
- d. Кровь пассивно стекает из раны

Правильные ответы: алая кровь, кровь из раны вытекает фонтанирующей струей.

#### Вопрос 8

Максимальное время наложения жгута в теплое время года при артериальном кровотечении составляет \_\_\_\_\_

- a. до 45 минут
- b. до 10 минут
- c. до 30 минут
- d. до 60 минут

Правильный ответ: до 60 минут.

#### Вопрос 9

Как проверить наличие дыхания у пострадавшего при внезапной потере сознания?

- a. Запрокинуть голову пострадавшему, поднять подбородок, в течение 10 секунд прислушиваться, пытаться ощутить дыхание на своей щеке, увидеть дыхательные движения его грудной клетки
- b. В течение 10 секунд внимательно смотреть на его грудную клетку
- c. Прикрыть пальцами пазухи носа и прислушаться к дыханию
- d. Наклониться к пострадавшему, приложить ухо к его грудной клетке и в течение 10 секунд прислушиваться

Правильный ответ: запрокинуть голову пострадавшему, поднять подбородок, в течение 10 секунд прислушиваться, пытаться ощутить дыхание на своей щеке, увидеть дыхательные движения его грудной клетки.

### Вопрос 10

К признакам истинного утопления относятся (в вопросе несколько правильных ответов)

- а. Посинение кожных покровов
- б. Выделение серовато-розовой пены из носа и рта
- в. Уменьшение объёма легких
- г. Одутловатость лица

Правильные ответы: посинение кожных покровов, одутловатость лица, выделение серовато-розовой пены из носа и рта.

### Вопрос 11

Какова первая помощь при наличии признаков термического ожога второй степени (покраснение и отек кожи, образование на месте ожога пузыря, наполненного жидкостью, сильная боль)?

- а. Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, рану накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод и поить пострадавшего водой
- б. Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, рану намазать маслом
- в. Вскрыть пузыри, очистить ожоговую поверхность от остатков одежды, накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод, дать пострадавшему воды
- г. Полить ожоговую поверхность холодной водой, накрыть стерильной салфеткой и туго забинтовать

Правильный ответ: Пузыри не вскрывать, остатки одежды с обожженной поверхности не удалять, рану накрыть стерильной салфеткой (не бинтовать), по возможности приложить холод и поить пострадавшего водой.

### Вопрос 12

При проведении ИВЛ (искусственной вентиляции легких) методом «рот в рот» необходимо (в вопросе несколько правильных ответов):

- а. Свободной рукой плотно зажимать нос пострадавшего.
- б. Зажимать нос пострадавшего только в случае, если носовые ходы свободны.
- в. Поднять подбородок пострадавшего сверху одной рукой и запрокинуть назад его голову.
- г. Нос пострадавшему не зажимать.

Правильные ответы: свободной рукой плотно зажимать нос пострадавшего. Поднять подбородок пострадавшего сверху одной рукой и запрокинуть назад его голову.

### Вопрос 13

Первая помощь при наружном кровотечении?

- а. Вызвать (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую помощь. Защитить пострадавшего от переохлаждения, дать обильное сладкое питье.
- б. Определить наличие пульса, дыхания, наличие реакции зрачков на свет. Вызвать скорую помощь. Наложить (чистую) асептическую повязку. Положить холод (пакет со льдом) на повязку над раной (на больное место).
- в. Положить холод (пакет со льдом) на повязку над раной (на больное место).
- г. Наложить давящую повязку, согнуть конечность в суставе.

Правильный ответ: наложить давящую повязку, согнуть конечность в суставе.

### Вопрос 14

При переломах костей конечностей шина накладывается:

- a. Выше и ниже области перелома
- b. На место перелома
- c. Ниже области перелома
- d. Выше области перелома

Правильный ответ: выше и ниже области перелома.

### Вопрос 15

К ушибленному месту необходимо приложить:

- a. Холод
- b. Грелку
- c. Спиртовой компресс
- d. Давящую повязку

Правильный ответ: холод.

### Вопрос 16

Первая помощь при вывихе конечности

- a. Осуществить иммобилизацию конечности, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт
- b. Дать обезболивающее средство, вправить вывих и зафиксировать конечность
- c. Зафиксировать конечность, не вправляя вывих, приложить пузырь (грелку) с горячей водой, организовать транспортировку в больницу или травмпункт

Правильный ответ: осуществить иммобилизацию конечности, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт.

### Вопрос 17

Первая помощь при обморожении

- a. Растереть спиртовым раствором поврежденные конечности, уложить пострадавшего в удобное положение
- b. Отогреть обмороженные конечности в горячей воде, сделать асептическую повязку. Уложить пострадавшего в удобное положение, не беспокоить до приезда врача
- c. Укрыть поврежденные конечности одеялами, большим количеством одежды
- d. Дать пострадавшему обезболивающее и алкоголь в качестве разогревающего средства

Правильный ответ: укрыть поврежденные конечности одеялами, большим количеством одежды.

### Вопрос 18

Определите последовательность осмотра ребенка при травмировании:

- a. голова, шея, грудная клетка, живот, спина, таз, руки и ноги.
- b. руки и ноги, голова, шея, грудная клетка, живот, спина, таз
- c. голова, шея, руки и ноги, грудная клетка, живот

Правильный ответ: голова, шея, грудная клетка, живот, спина, таз, руки и ноги.

### Вопрос 19

Что входит в перечень действий по оказанию первой помощи при укусе змеи (ядовитого насекомого)?

- a. Обработать антисептиком место укуса и наложить поверх тугую повязку
- b. Смазать масляным веществом место укуса, приложить согревающий компресс

- с. Вытянуть жало, наложить холод на место укуса, напоить большим количеством жидкости

Правильный ответ: вытянуть жало, наложить холод на место укуса, напоить большим количеством жидкости.

### **Вопрос 20**

Действия при оказании помощи пострадавшему в случае попадания инородного тела в дыхательные пути:

(в вопросе несколько правильных ответов)

- а. Обхватить пострадавшего сзади, надавить 4-5 раз на верхнюю часть живота.
- б. Нанести пострадавшему, стоящему прямо, несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток.
- с. Вызвать скорую помощь и следить за пострадавшим.
- d. Нагнуть туловище пострадавшего вперед, нанести несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток.

Правильный ответ: нагнуть туловище пострадавшего вперед, нанести несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток, обхватить пострадавшего сзади, надавить 4-5 раз на верхнюю часть живота.

## **4. Организационно-педагогические условия реализации программы**

### **4.1. Материально-техническое обеспечение программы**

ТГПУ располагает на праве оперативного управления материально-техническим обеспечением образовательной деятельности (помещениями и оборудованием) для реализации программы ДПП (программы повышения квалификации) в соответствии с рабочим учебным планом.

ТГПУ предоставляет право слушателям, обучающимся заочно, с целью освоения программы пользоваться материально-технической базой вуза: компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет». Материально-техническая база соответствует действующим санитарно-техническим нормам и обеспечивает проведение образовательной деятельности по программе.

ТГПУ обеспечен необходимым комплектом лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, и обновляется при необходимости.

Для освоения программы в заочной форме с применением электронного обучения используется система электронного обучения ТГПУ «Курсы ТГПУ на платформе СДО MOODLE» (режим доступа <https://moodle.tspu.edu.ru/>), где размещается комплект учебных материалов, доступных для копирования.

### **4.2. Методические рекомендации по организации образовательного процесса**

Система электронного обучения ТГПУ «Курсы ТГПУ на платформе СДО MOODLE» обеспечивает проведение учебных занятий, доступ к образовательному контенту, фиксацию хода образовательного процесса, процедуру оценки результатов освоения ДПП (программы повышения квалификации), взаимодействие между участниками образовательного процесса.

Учебная работа в системе электронного обучения включает в себя следующие виды деятельности:

- изучение теоретического и практического материала;
- изучение рекомендуемых учебно-методических материалов;
- прохождение итоговой аттестации.

В случае образования академической задолженности тестирование в рамках итоговой аттестации можно пройти не более 2-х раз.

### **4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы**

#### **4.3.1. Основная литература:**

1. Маслова, Л. Ф. Первая помощь пострадавшим : учебное пособие по курсу «Безопасность жизнедеятельности» : [16+] / Л. Ф. Маслова ; Ставропольский государственный аграрный университет. – Ставрополь : Ставропольский государственный аграрный университет (СтГАУ), 2020. – 40 с. : ил., табл. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=700853>. – Текст : электронный.
2. Горшенина, Е. Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях, ранениях и травмах (ушибах, вывихах, переломах) : учебное пособие / Е. Горшенина ; Оренбургский государственный университет. – Оренбург : Оренбургский государственный университет, 2014. – 100 с. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259139>. – Текст : электронный.
3. Безопасность жизнедеятельности : учебное пособие : [16+] / Р. М. Богданова, С. Г. Тяглов, М. Ю. Денисов [и др.] ; под ред. В. Ю. Боева ; Ростовский государственный экономический университет (РИНХ). – Ростов-на-Дону : Издательско-полиграфический комплекс РГЭУ (РИНХ), 2021. – 674 с. : ил., табл., схем. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=693142>. – Текст : электронный.

#### **4.3.2. Интернет-ресурсы:**

1. МЧС России : сайт главного управления по Томской области. – URL : <https://70.mchs.gov.ru/deyatelnost/rekomendacii-naseleniyu/okazanie-pervoy-pomoshchi-postradavshim>