

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Забайкальский государственный университет»
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра Спортивных, медико-биологических дисциплин

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Факультет физической
культуры и спорта

Геберт Виталий
Климентьевич

« ____ » _____ 20 ____
г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Б1.В.01.10 Основы организации первой доврачебной помощи
на 72 часа(ов), 2 зачетных(ые) единиц(ы)
для направления подготовки (специальности) 49.03.01 - Физическая культура

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом
Министерства образования и науки Российской Федерации от
« ____ » _____ 20 ____ г. № ____

Профиль – Спортивная тренировка, фитнес (для набора 2024)
Форма обучения: Заочная

1. Организационно-методический раздел

1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

приобретение необходимых знаний, умений и навыков, позволяющих оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи при несчастных случаях на производстве, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью.

Задачи изучения дисциплины:

формировать умения и навыки оказания первой (доврачебной) помощи при неотложных состояниях;

- изучение нормативно-правовой базы оказания первой помощи.

1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Б1.В.01 Модуль "Медико-биологические основы физкультурно-спортивной деятельности"
Б1.В.01.10 Основы организации первой доврачебной помощи

1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 часов.

Виды занятий	Семестр 6	Всего часов
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	12	12
Лекционные (ЛК)	6	6
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	6	6
Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	60	60
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
ОПК-7	<p>ОПК-7.1 Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> - предметы, методы и системы ключевых понятий гигиены; - основные разделы гигиенической науки и их содержания; - санитарно-гигиенические требования к проведению занятий физкультурой и спортом, а также в процессе тренировок, при подготовке к соревнованиям и в восстановительном периоде; - нормативную документацию по гигиене в физкультурно-спортивной деятельности; - факторы микроклимата в спортивных сооружениях, их нормативы и способы достижения благоприятных микроклиматических условий; - приборы для измерения основных параметров микроклимата (термометры, психрометры и др.) - санитарно-гигиенические требования к питьевой воде и воде плавательных бассейнов, инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с водным фактором; - основы личной гигиены, гигиены спортивной одежды и обуви; - основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; 	<p>Знать: причины, признаки и последствия опасностей, основы безопасности жизнедеятельности, телефоны служб спасения; основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах; факторы и причины травматизма, этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом;</p> <p>Уметь: применять основные методы профилактики пищевых отравлений в спортивных коллективах;</p> <ul style="list-style-type: none"> - факторы и причины травматизма, заболеваний, функциональных нарушений в процессе учебной и спортивной деятельности; - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и

<ul style="list-style-type: none"> - гигиенические особенности проведения физкультурно-оздоровительных занятий с лицами разных возрастных групп; - этиологию и признаки травматических повреждений и неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; - основы оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации; - этиологию и патогенез заболеваний различных органов и систем; - внешние признаки утомления и переутомления занимающихся; - правила безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиенические требования к занятиям гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом, правила обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторы и причины травматизма в процессе занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом; - приемы помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре с использованием средств гимнастики, легкой атлетики, плавания, 	<ul style="list-style-type: none"> неотложных состояний организма; - противопоказания и ограничения к выполнению физических упражнений, которые являются потенциально опасными для здоровья детей; <p>Владеть: основами оказания первой помощи при неотложных состояниях, и травматических повреждениях, основы сердечно-легочной реанимации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - правилами безопасности при проведении физкультурно-спортивного праздника, соревнования, дня здоровья и других мероприятий оздоровительного характера; - санитарно-гигиеническими требованиями к занятиям <ul style="list-style-type: none"> - правилами обеспечения безопасности и профилактики травматизма; - факторами и причинами травматизма в процессе занятий ; - приемами помощи и страховки при проведении занятий по физической культуре; - требованиями к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях ; - способами рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях с учащимися различных медицинских групп; - спецификой проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС;
--	--

	<p>подвижных и спортивных игр, лыжного спорта;</p> <ul style="list-style-type: none"> - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - способы (варианты) рационального размещения занимающихся для выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - особенности занятий гимнастикой, легкой атлетикой, плаванием, подвижными и спортивными играми, лыжным спортом с учащимися различных медицинских групп; - специфику проведения тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований по ИВС; - причины травматизма, меры предупреждения на занятиях ИВС; - требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию на занятиях и соревнованиях по ИВС. 	
ОПК-7	<p>ОПК-7.2.</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечивать технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, 	<p>Знать: технику безопасности на занятиях с учётом гигиенических норм (соблюдение площади на одного занимающегося, микроклимат, отопление, вентиляция, освещение, доброкачественность воды в бассейне, размещение, исправность оборудования, спортивного инвентаря,</p>

<p>спортивного инвентаря, соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; - проводить мероприятия по санитарно-просветительной работе в спортивных коллективах; - распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений; - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; - распознавать заболевания различных органов и систем по наиболее типичным признакам с целью предотвращения развития острых патологических состояний, а также обеспечения своевременного обращения за медицинской помощью; - осуществлять контроль отсутствия медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом; - разъяснять в простой и доступной форме правила техники безопасности при выполнении упражнений, при использовании спортивного инвентаря; - вести разъяснительную беседу по профилактике и соблюдении техники безопасности при выполнении упражнений; - поддерживать дисциплину во время тренировочных занятий; - выявлять неисправности спортивных объектов и инвентаря; - обеспечивать безопасное выполнение упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; 	<p>соблюдение требований к одежде и обуви, к структуре проведения занятий);</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать санитарно-гигиеническое состояние спортивного зала; <p>Уметь: распознавать признаки неотложных состояний и травматических повреждений;</p> <ul style="list-style-type: none"> - оказывать первую помощь при возникновении неотложных состояний и травматических повреждениях; <p>Владеть: знаниями по обеспечению безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке;</p> <ul style="list-style-type: none"> - может организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке
--	--

	<ul style="list-style-type: none"> - организовывать группу занимающихся в зависимости от поставленных задач для безопасного выполнения упражнений на занятиях по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечивать безопасность занимающихся на учебнотренировочных занятиях и соревнованиях по ИВС; - выявлять угрозы степени опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся, оперативно реагировать на нештатные ситуации и применять верные алгоритмы действий для устранения или снижения опасности. 	
ОПК-7	<p>ОПК-7.3.</p> <ul style="list-style-type: none"> - измерения основных параметров микроклимата в спортивных сооружениях; - использования специальной аппаратуры и инвентаря; - оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; - проведения бесед и инструктажа с занимающимися о правилах поведения в помещении спортивного сооружения, на его территории и выполнения этих правил; - проведения инструктажа по технике безопасности на занятиях физической культурой и спортом - составление плана профилактических мероприятий по возникновению и распространению инфекционных заболеваний, травм и патологических 	<p>Знать: средства и методы укрепления индивидуального здоровья и оказания первой помощи; оказания первой помощи при неотложных состояниях и травматических повреждениях; профилактики травматизма.</p> <p>Уметь: - измерять основные параметры микроклимата в спортивных сооружениях;</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать специальную аппаратуру и инвентарь; <p>Владеть: - приемами обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях</p>

	<p>состояний;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по гимнастике, легкой атлетике, плаванию, подвижным и спортивным играм, лыжной подготовке; - обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочного занятия по ИВС; - обеспечения безопасности проведения учебных и дополнительных занятий: профилактики травматизма, исправности оборудования и инвентаря, соблюдения санитарно-гигиенических норм в условиях образовательной и физкультурно-спортивной организации; - обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий; - ознакомления педагогических работников и родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся с правилами охраны жизни и здоровья обучающихся. 	<p>образовательной и физкультурно-спортивной организации;</p> <ul style="list-style-type: none"> - методами обеспечения безопасности проведения массовых физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятий.
ОПК-7		

3. Содержание дисциплины

3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

3.1 Структура дисциплины для заочной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			С Р С
					Л К	П З (С З)	Л Р	

1	1.1	Основы техники безопасности на уроках физической культуры. Первая помощь, виды. Транспортировка пострадавших.	Требования к техническому, санитарному, организационному, пространственному, медицинскому и т. д. оснащению уроков по физической культуре. Первая помощь, виды. Принципы и порядок оказания первой помощи. Общие принципы транспортной иммобилизации. Медицинская эвакуация.	36	3	3	0	30
2	2.1	Профилактика детского травматизма, основные причины травматизма, травматизм на занятиях по физической культуре. Понятие о неотложных состояниях. Терминальные состояния. Первая медицинская помощь при закрытых и открытых повреждениях.	Детский травматизм, виды. Неотложные состояния: - шок, его проявления; - кровотечения, виды и т.д. Комплекс оказания первой помощи при неотложных состояниях. Комплекс оказания первой помощи при повреждениях.	36	3	3	0	30
Итого				72	6	6	0	60

3.2. Содержание разделов дисциплины

3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Основы	Требования к техническому,	3

		<p>техники безопасности на уроках физической культуры. Первая помощь, виды. Транспортировка пострадавших.</p>	<p>санитарному, организационному, пространственному, медицинскому и т. д. оснащению уроков по физической культуре. Первая помощь, виды. Принципы и порядок оказания первой помощи. Общие принципы транспортной иммобилизации. Медицинская эвакуация.</p>	
2	2.1	<p>Профилактика детского травматизма, основные причины травматизма, травматизм на занятиях по физической культуре. Понятие о неотложных состояниях. Терминальные состояния. Первая медицинская помощь при закрытых и открытых повреждениях</p>	<p>Детский травматизм, виды. Неотложные состояния: - шок, его проявления; - кровотечения, виды и т.д. Комплекс оказания первой помощи при неотложных состояниях. Комплекс оказания первой помощи при повреждениях.</p>	3

3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	<p>Основы техники безопасности на уроках физической культуры. Первая помощь, виды. Транспортировка</p>	<p>Основы техники безопасности на уроках физической культуры, общие требования по технике безопасности. Перечень документов по технике безопасности в образовательном учреждении. Типовая инструкция. Виды ПП и основные принципы ее оказания. Асептика, антисептика</p>	3

		пострадавших.		
2	2.1	Профилактика детского травматизма, основные причины травматизма, травматизм на занятиях по физической культуре. Понятие о неотложных состояниях. Терминальные состояния. Первая медицинская помощь при закрытых и открытых повреждениях	Шок, виды. Первая помощь при шоке. Кровотечение, виды. Правила и ошибки наложения жгута. Раны, классификация. Переломы, виды. Повязки, виды. Сердечно-легочная реанимация. Правила и ошибки при проведении СЛР. Особенности СЛР у детей.	3

3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Здоровье. Виды здоровья. Стресс, факторы и условия вызывающие это состояние. Профилактика стресса. Стресс и дистресс. Первая помощь в острой стрессовой ситуации. Терминальные состояния. Понятие о	Подготовка сообщений. Составление конспекта	30

		неотложных состояниях.		
2	2.1	<p>Понятие о неотложных состояниях. Принципы и методы первой помощи при ожогах и отморожениях.</p> <p>Повреждения мягких тканей, суставов, костей.</p> <p>Первая медицинская помощь при попадании инородного тела в глаз, нос, ухо, дыхательные пути. Прием «захват жизни». Принципы и методы первой помощи при электротравмах, солнечном и тепловом ударе. Аллергические реакции. Виды аллергических реакций. Симптомы и признаки.</p>	<p>Конспектирование.</p> <p>Составление и решение ситуационных задач.</p> <p>Подготовка сообщений и докладов.</p>	30

4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Основная литература

5.1.1. Печатные издания

1. Волокитина Татьяна Витальевна. Основы медицинских знаний : учеб. пособие / Волокитина Татьяна Витальевна, Бральнина Галина Георгиевна, Никитинская Нина Ивановна. - 3-е изд., стер. - Москва : Академия, 2011. - 224 с. - (Высшее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-8036-9 : 341-00 26 экз.

2. Лытаев Сергей Александрович. Основы медицинских знаний : учеб. пособие / Лытаев Сергей Александрович, Пуговкин Андрей Петрович. - Москва : Академия, 2011. - 272 с. - (Высшее профессиональное образование: Бакалавриат). - ISBN 978-5-7695-6902-9 : 446-60. 26 экз.

3. Первая медицинская помощь : учеб. пособие / Глыбочко Петр Витальевич и др. - 4-е изд., стер. - Москва : Академия, 2010. - 240 с. : ил. - (Среднее профессиональное образование). - ISBN 978-5-7695-7377-4 : 242-00 20 экз.

5.1.2. Издания из ЭБС

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 499 с. — (Серия : Бакалавр. Прикладной курс). — ISBN 978-5-534-00710-7. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/0DFFF3DF-1B11-4580-9C97-9CFDB0A409A4

2. Сестринское дело в терапии : учебник для академического бакалавриата / В. Н. Петров, В. А. Лапотников, В. Л. Эмануэль, Н. Г. Петрова ; отв. ред. В. Н. Петров. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 449 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00099-3. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/727BF1A3-FE28-4D28-8B90-5A37DF050388

5.2. Дополнительная литература

5.2.1. Печатные издания

1. Отвагина Татьяна Владимировна. Неотложная медицинская помощь : учеб. пособие / Отвагина Татьяна Владимировна. - 10-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2012. - 251 с. : ил. - (Среднее проф. образование). - ISBN 978-5-222-19686-1 10 экз.

2. Тен Елена Евгеньевна. Основы медицинских знаний : учебник / Тен Елена Евгеньевна. - 5-е изд., стер. - Москва : Академия, 2009. - 256с. - ISBN 978-5-7695-5875-7 :20 экз.

5.2.2. Издания из ЭБС

1. Мисюк, М. Н. Основы медицинских знаний : учебник и практикум для СПО / М. Н. Мисюк. — 3-е изд., перераб. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 499 с. — (Серия : Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-00398-7

2. Социальная медицина : учебник для вузов / А. В. Мартыненко [и др.] ; под ред. А. В. Мартыненко. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 475 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-05267-1. — Режим доступа : www.biblio-online.ru/book/FD7375A2-ABBB-4638-9270-D32A4B2F2533.

3.

5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
Электронно-библиотечная система «Издательство «Лань».	https://e.lanbook.com
Электронно-библиотечная система «Юрайт».	https://www.biblio-online.ru
Электронно-библиотечная система «Консультант студента»	http://www.studentlibrary.ru
Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	https://elibrary.ru

6. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

- 1) Google Chrome
- 2) АИБС "МегаПро"

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закрепленной расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

К основным формам самостоятельной работы относятся: чтение основной и дополнительной литературы по дисциплине, подготовка к семинарским занятиям, написание реферата, тематических сообщений.

Для самостоятельного освоения темы предусмотрен список основной и дополнительной литературы, а также электронных и Интернет-источников, тематика рефератов, ситуационные задачи, промежуточный и итоговый тесты по темам, направленные на более глубокое и самостоятельное изучение дисциплины.

Для максимального усвоения дисциплины предусмотрено проведение тестирования, решение задач. Подборка вопросов для тестирования осуществляется на основе изученного теоретического материал, что позволяет повысить мотивацию студентов при конспектировании лекционного материала.

Теоретическое содержание дисциплины состоит в рассмотрении основных теоретических вопросов дисциплины. Теоретическое содержание конкретизировано в соответствии с элементами теоретического, практического изучения дисциплины и включающих: основные понятия и их определения, характеристики; задачи (проблемы) их составление и решение.

Лекционные занятия проводятся с использованием мультимедийных презентаций, содержащих слайды теоретического характера (основные понятия и определения и т.д.) и практического характера (иллюстрированный материал, видеоролики, видеофильмы и другое, соответствующие тематике лекций).

Разработчик/группа разработчиков:
Светлана Геннадьевна Фефелова

Типовая программа утверждена

Согласована с выпускающей кафедрой
Заведующий кафедрой

_____ «___» _____ 20__ г.