

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации**

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**«Кемеровский государственный университет» (КемГУ)**

Управление развития дополнительного образования



**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по цифровизации и  
проектной работе

\_\_\_\_\_ / Р.М.Котов /

\_\_\_\_\_ 2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)**

**Оказание первой помощи пострадавшим на воде**

Начальник УРДО

О.М. Левкина

## Пояснительная записка

Настоящая программа предназначена для обучения инструкторов бассейна. Курс обучения включает в себя полный спектр навыков для обеспечения безопасности и спасания на водных объектах, местах массового отдыха людей на водах.

Программа рассчитана на 16 часов. Программой определён обязательный объём учебного материала, указано время, намечена педагогически целесообразная последовательность его изучения.

Для проведения занятий привлекаются инженерно-технические работники, имеющие опыт работы по плаванию и спасанию.

К освоению дополнительной образовательной программы допускаются лица, имеющие среднее образование.

**Срок обучения:** 16 часов.

**Режим занятий:** 4–8 часов в день

№	Наименование тем	Всего часов	Теория	Практика
1	Правила поведения на воде	1	1	0
2	Прыжки в воду за пострадавшим	1	0	2
3	Выбор способа помощи на воде	2	1	1
4	Способы захвата и буксировки	2	1	1
5	Освобождение от захватов	1	0	1
6	Способы транспортировки	1	0	1
7	Основы организации оказания первой помощи пострадавшим на воде	4	2	2
8	Зачет	4		4
	Итого	16	4	12

## **ТЕМА 1. Правила поведения на воде.**

Правила захода в воду. Правила поведения на воде.

## **ТЕМА 2. Прыжки в воду за пострадавшим.**

Подъем со дна бассейна «пострадавшего». Соскок. Спад. Прыжок в шаге и в группировке. Прыжок ногами вниз. Прыжок вниз головой. Погружение. Ныряние.

## **ТЕМА 3. Выбор способа помощи на воде.**

Оказание помощи уставшему человеку.  
Спасение тонущего с использованием техники транспортировки.

## **ТЕМА 4. Способы захвата и буксировки.**

Захват за голову тонущего. Захват под мышки. Захват утопающего под руку. Захват за волосы или за ворот одежды.

## **ТЕМА 5. Освобождение от захвата.**

Освобождение от захвата за кисти рук, за шею спереди, за шею сзади, за туловище через руки, за туловище под руки, за ноги.

## **ТЕМА 6. Способы транспортировки.**

Способы транспортировки: толкать, тянуть.

## **ТЕМА 7. Основы организации оказания первой помощи пострадавшим на воде.**

Виды утоплений. Алгоритм оказания первой помощи в зависимости от вида утопления. Реанимационные мероприятия. Действия после оказания первой помощи.

## **ТЕМА 7. Зачет.**

Зачет проводится в виде практических занятий с разбивкой на пары: оказание помощи тонущему, освобождение от захватов, оказание первой реанимационной помощи на специальном учебном тренажере.

### **Условия реализации программы Материально-технические условия реализации программы**

Занятия проводятся в учебных аудиториях (в том числе и оснащенных мультимедийным оборудованием). УРДО КемГУ, реализующий настоящую программу, располагает достаточной материально-технической базой, обеспечивающей проведение теоретической и практической подготовки слушателей, предусмотренной учебным

планом и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Учебные аудитории для проведения всех видов занятий в вузе имеются в достаточном количестве, оснащены аудиоаппаратурой, презентационным оборудованием (компьютер, мультимедийный проектор, экран и др.).

### **Методы, средства и образовательные технологии**

*Перечень методов обучения, используемых при осуществлении образовательного процесса*

При осуществлении образовательного процесса по программе используются следующие методы обучения: дискуссии, практикумы, игры, решение кейсов и др. Освоение программы предполагает лекционные и практические формы занятий. Наряду с теоретической подготовкой важную роль играет практическая работа по совершенствованию профессиональных умений педагогов и овладению ими новых способов деятельности и др.

*Перечень средств обучения, используемых при осуществлении образовательного процесса*

При осуществлении образовательного процесса используются следующие средства обучения: вербальные, визуальные, технические: проектор, ноутбук, электронная доска и др.

*Перечень технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса*

При осуществлении образовательного процесса по программе повышения квалификации используются следующие технологии.

1. Организация взаимодействия со слушателями с помощью электронной почты.
2. Чтение лекций с использованием слайд-презентаций.
3. Использование слайд-презентаций при проведении практических занятий.

### **Требования к педагогическим кадрам**

К реализации программы привлекаются научно-педагогические работники системы высшего образования, имеющие ученую степень доктора или кандидата психологических наук, опыт работы в области профессиональной деятельности, соответствующей направленности программы.

## **ЛИТЕРАТУРА**

- Булгакова Н.Ж.* Познакомьтесь – плавание. – М.: – Астрель, 2002. -160 с.
- Буянов В.М.* Первая медицинская помощь. – М.: Медицина, 1994. -192 с.
- Давыдов В.Ю.* Плавание в оздоровительном лагере: Учебно-методическое пособие. – Волгоград: ВГИФК. – 1995. – 96 с.
- Демидов Ф.А., Зайченко А.З.* Спасательные средства на воде. – М.: Стройиздат, 1970.
- Инструкция по оказанию помощи пострадавшим на воде. – М., 1979. – 21 с.
- Каверина К.П., Аксельрод А.Ю.* Простейшие приемы реанимации. – М.: Медицина, 1981. – 23 с.
- Каретный СТ.* Подготовка матросов-спасателей. – М.: Советская Россия, 1978.
- Козлов А.В.* Прикладное плавание. – СПб., 1998. – 47 с.
- Коновалов Е.Д.* Человек в воде. – Новосибирск, 1979. – 144 с.
- Кудь И., Пронин Н.* Безопасность детей на воде / Пособие для преподавателей. – Волгоград, 1995. – 26 с.

*Леонов О.З.* Учим школьников плаванию: Учебное наглядное пособие. – Киев: Радянська школа, 1989. – 68 с.

*Лопухин В.Л.* Прикладное плавание / Лекция для слушателей факультета усовершенствования. – М: ГЦОЛИФК, 1978. – 30 с.

*Лопухин В.Л.* Предотвращение несчастных случаев на воде: Методическая разработка. – М., 1991. – 52 с.

*Панаев В.Т., Соколов ВТ.* Подготовка дружинников по безопасности на воде и спасателей-освободителей. – М.: ЦРИБ «Дельфин», 1978.

*Панаев В.Т., Соколов ВТ.* Подготовка дружинников по безопасности на воде и спасателей-освободителей / Методические указания. – М.: ЦРИБ «Дельфин», 1984. – 45 с.

*Парфенов В.А.* Прикладное плавание: Учебное пособие для студентов ФЗО ИФК. – Киев, 1970. – 21 с.

Первая помощь при несчастных случаях и экстремальных ситуациях. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 118 с.

Первая помощь при повреждениях и несчастных случаях. – М.: Медицина, 1990. – 120 с.

Плавание: Учебник для вузов / Под общ. ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Физкультура и спорт, 2001. – 400 с.

*Сазонова И.В.* Прикладное плавание: Учебно-методическое пособие. – Волгоград: ВГАФК, 2003. – 38 с.

Справочник по оказанию скорой и неотложной медицинской помощи. – М.: Феникс, 1995. – 2 т. – 362 с.

*Мейелл М.* Энциклопедия первой помощи. – СПб.: Диамант, 1995. -688 с.