

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Горбунев Алексей Александрович

Должность: Заместитель начальника университета по учебной работе

Дата подписания: 22.07.2025 11:39:41

Уникальный программный ключ:

286e49ee1471d400cc1f45539d51ed7bbf0e9cc7

ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

**Бакалавриат по направлению подготовки
05.03.06 «Экология и природопользование»**

**Направленность (профиль)
«Экологическая безопасность и экологический мониторинг»**

Санкт-Петербург

1. Цели и задачи дисциплины

Цели освоения дисциплины:

- формирование у обучающихся способностей поддерживать в повседневной жизни и профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций.

Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины

Компетенции	Содержание
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.

Задачи дисциплины:

-формирование знаний основных опасностей и их негативного влияния на человека и окружающую среду;

- овладение стандартами и алгоритмами первой помощи в экстремальных ситуациях, в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, получение и отработка практических навыков по оказанию первой помощи;

- формирование навыков использования табельных средств индивидуальной защиты (медицинских): пакета перевязочного индивидуального (ппи), жгута кровоостанавливающего, а также использования средств содержимого аптечки для оказания первой помощи.

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

Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-8.2. Умеет поддерживать безопасные условия жизнедеятельности; - выявлять признаки, причины и условия возникновения чрезвычайных ситуаций; - оценивать вероятность возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению; - оказывать первую помощь себе и пострадавшему.	Знает:
	законодательные акты по организации оказания первой помощи, алгоритмы первой помощи (самопомощи) в экстремальных ситуациях, табельные и подручные средства для оказания первой помощи пострадавшим; техники осмотра пострадавшего в условиях чрезвычайных ситуаций, владения методами оказания первой помощи, основами организации эвакуационных мероприятий в чрезвычайных ситуациях
	Умеет:

	применять алгоритмы первой помощи (самопомощи) в экстремальных ситуациях, табельные и подручные средства для оказания первой помощи пострадавшим; накладывать кровоостанавливающий жгут при кровотечениях; проводить эвакуацию пострадавшего; накладывать повязки при различных повреждениях; проводить транспортную иммобилизацию; проводить сердечно-легочную реанимацию.
--	---

3. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина относится к обязательной части основной профессиональной образовательной программы бакалавриата по направлению подготовки 05.03.06 «Экология и природопользование» направленность (профиль) «Экологическая безопасность и экологический мониторинг».

4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа.

4.1. Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ по семестрам для очной формы обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость		
	з.е.	час.	по семестрам
			8
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	2	72	72
Контактная работа		36	36
Лекции		12	12
Практические занятия		24	24
Лабораторные работы			
Консультации перед экзаменом			
Самостоятельная работа		36	36
Курсовая работа			
Зачёт		+	+
Зачёт с оценкой			
Экзамен			

4.2 Тематический план, структурированный по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий для очной формы обучения

№ п/п	Номер и наименование тем	Всего часов	Количество часов по видам занятий, в том числе практическая подготовка*			Консультация	Контроль	Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы			
№ семестра 8								
1	Тема №1 Основы анатомии и физиологии человека	10	2	2				6
2	Тема №2 Смерть и оживление (сердечно-легочная реанимация)	14	2	6				6
3	Тема №3 Первая помощь при ранениях и кровотечениях	12	2	4				6
4	Тема №4 Понятие об отравлениях и синдроме длительного сдавливания	12	2	4				6
5	Тема №5 Первая помощь при термических травмах	10	2	2				6
6	Тема №6 Первая помощь при внезапных острых заболеваниях	14	2	6				6
Зачёт		+					+	
Итого		72	12	24				36

4.3. Содержание дисциплины для очной формы обучения

Тема 1. Основы анатомии и физиологии человека

Лекция. Структурно-функциональные особенности организма человека. Основы знаний о системах организма человека: опорно-двигательной системы, центральной нервной системы, дыхательной системы; строение и функции кожи и системы кровообращения.

Практическое занятие. Общее понятие о структуре и функциях организма человека. Строение и функции отдельных систем организма. Строение и функции кожи. Система кровообращения.

Самостоятельная работа. Изучение основ анатомии и физиологии человека, необходимые для понимания принципов оказания первой помощи.

Рекомендуемая литература:

основная [1, 2];

дополнительная [1-3];

Тема 2. Смерть и оживление (сердечно-легочная реанимация)

Лекция. Понятия о терминальных состояниях. Признаки клинической и биологической смерти. Алгоритмы сердечно-легочной реанимации. Прием Сафара. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

Практические занятия. Смерть и оживление (сердечно-легочная реанимация). Сердечно-легочная реанимация (СЛР). Состояния, при которых необходимо проводить реанимацию (остановка сердца, асфиксия и т.д.). Оценка состояния пострадавшего. Вызов скорой помощи. Проведение компрессий грудной клетки. Искусственное дыхание (методы и техники).

Самостоятельная работа. Обзор современных рекомендаций по СЛР (например, рекомендации Американской ассоциации сердца). Важность обучения и тренировки навыков СЛР.

Рекомендуемая литература:

основная [1, 2];

дополнительная [1-3];

Тема 3. Первая помощь при ранениях и кровотечениях

Лекция. Виды кровотечения. Признаки артериального и венозного кровотечения. Способы временной остановки кровотечения. Правила наложения жгута. Внутреннее кровотечение, признаки и первая помощь.

Понятие о ранах, классификация и признаки ран. Осложнения ранений. Алгоритмы, правила и приемы оказания первой помощи. Асептика и антисептика.

Практические занятия. Приёмы временной остановки кровотечений. Травматический шок, причины его развития. Признаки шока и оценка его тяжести. Меры профилактики шока и первая помощь при его развитии.

Самостоятельная работа. Алгоритмы первой помощи при кровотечениях и ранениях. Причины развития и признаки тяжести травматического шока и меры борьбы с ним.

Рекомендуемая литература:

основная [1, 2];

дополнительная [1];

Тема 4. Понятие о травмах и синдроме длительного сдавливания

Лекция. Травмы, классификация. Виды травм и их признаки. Алгоритмы и приемы оказания первой помощи при ушибах, растяжениях, вывихах и переломах. Особенности укладки и транспортировки пострадавших. Синдром длительного сдавливания, оказание первой помощи.

Практические занятия. Приёмы временной остановки кровотечений. Имобилизация.

Самостоятельная работа. Алгоритмы первой помощи при кровотечениях и ранениях. Причины развития и признаки тяжести травматического шока и меры борьбы с ним. Алгоритмы первой помощи при различных видах повреждений, типичных для разных экстремальных ситуаций

(пожаров, дорожно-транспортных происшествий, землетрясений и т.д.)

Рекомендуемая литература:

основная [1, 2];

дополнительная [1-3];

Тема 5. Первая помощь при термических травмах

Лекция. Виды ожогов, причины их возникновения. Признаки их проявления. Классификация ожогов. Алгоритмы и приемы оказания первой помощи. Понятие о гипер- и гипотермии (тепловой удар, переохлаждение, обморожение). Электротравмы. Первая помощь при различных видах термических поражений.

Практическое занятие. Первая помощь при термических травмах

Самостоятельная работа. Алгоритмы первой помощи при разных видах ожогов, перегревании и других термических травмах.

Рекомендуемая литература:

основная [1, 2];

дополнительная [1-3];

Тема 6. Первая помощь при внезапных острых заболеваниях Лекция.

Понятие о внезапных острых заболеваниях. Сердечный приступ, инфаркт, инсульт, причины, признаки и первая помощь. Понятие об «остром животе», правила обращения с заболевшим и правила первой помощи.

Практические занятия. Первая помощь при внезапных острых заболеваниях.

Самостоятельная работа. Понятие об инфаркте. Распознавание, первая помощь. Правила оказания помощи при инсульте. Признаки острого живота и первая помощь.

Рекомендуемая литература:

основная [1, 2];

дополнительная [1-3].

5. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

При реализации программы дисциплины используются лекционные и практические занятия.

Общими целями занятий являются:

- обобщение, систематизация, углубление, закрепление теоретических знаний по конкретным темам дисциплины;
- формирование умений применять полученные знания на практике, реализация единства интеллектуальной и практической деятельности;
- выработка при решении поставленных задач профессионально значимых качеств: самостоятельности, ответственности, точности, творческой инициативы.

Целями лекции являются:

- дать систематизированные научные знания по дисциплине,

акцентируя внимание на наиболее сложных вопросах;

– стимулировать активную познавательную деятельность обучающихся, способствовать формированию их творческого мышления.

В ходе практического занятия обеспечивается процесс активного взаимодействия обучающихся с преподавателем; приобретаются практические навыки и умения оказания первой помощи. Цель практического занятия: углубить и закрепить знания, полученные на лекции, формирование навыков использования знаний для решения практических задач; выполнение тестовых заданий по проверке полученных знаний и умений.

Самостоятельная работа обучающихся направлена на углубление и закрепление знаний, полученных на лекциях и других занятиях, выработку навыков самостоятельного активного приобретения новых, дополнительных знаний, подготовку к предстоящим занятиям.

6. Оценочные материалы по дисциплине

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины, проводится в соответствии с содержанием дисциплины по видам занятий в форме опроса, докладов, тестирования.

Промежуточная аттестация обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине, проводится в форме зачета.

6.1. Примерные оценочные материалы:

6.1.1. Текущего контроля

Типовые вопросы для опроса:

1. Общее понятие о структуре и функциях организма человека.
2. Строение и функции отдельных систем организма.
3. Строение и функции опорно-двигательной системы.
4. Структура и функция дыхательной системы.
5. Строение и функции мышечной системы.
6. Строение и функции системы пищеварения.

Типовые темы для докладов:

1. Строение и функции кожи.
2. Система кровообращения.
3. Сердечно-сосудистая система. Строение и функции.
4. Строение и функции кожи.
5. Строение и функции мышечной системы.

Типовые задания для тестирования:

1. Первая помощь при травмах спины:
 - а. Положить больного на живот
 - б. Положить больного на правый бок.
 - в. Положить больного на спину
 - г. Положить больного на левый бок

д. Посадить больного откинув голову назад

6.1.2. Промежуточной аттестации

Примерный перечень вопросов, выносимых на зачет

1. Химические ожоги. Порядок оказания первой помощи.
2. Перечислите средства, которые можно применить для иммобилизации при переломе конечностей.
3. Виды, признаки переломов, достоверные признаки открытых переломов. Порядок оказания первой помощи
4. Порядок осмотра пострадавшего.
5. Виды кровотечений. Признаки большой кровопотери.
6. Первоочередные мероприятия первой помощи.
7. Отравление угарным газом. Признаки и первая помощь
8. Последовательность мероприятий первой помощи при открытом переломе и сильным кровотечением.
9. Терминальные состояния, признаки клинической и биологической смерти.
10. Частота дыхания, пульса, величина артериального давления у здорового человека в покое.
11. Первая помощь при носовом кровотечении
12. Понятие «травма опорно-двигательного аппарата», общие принципы оказания первой помощи.
13. Осложнения ранений, опасные для жизни.
14. Критерии нарушения дыхания, сознания, кровообращения.
15. Способы переноски пострадавших.
16. Перечислите манипуляции, которые нельзя проводить при оказании первой помощи пострадавшим с термическими ожогами.
17. Признаки отморожения. Порядок оказания первой помощи.
18. Алгоритм сердечно-легочной реанимации
19. Травма живота. Правила оказания первой помощи.
20. Порядок действий спасателя в зоне заражения аммиаком при оказании помощи пострадавшим.
21. Транспортные положения при травмах груди, позвоночника, живота (в сознании и без сознания)
22. Порядок оказания первой помощи пострадавшему, получившему электротравму.
23. Признаки перелома костей таза. Порядок оказания первой помощи.
24. Достоверные признаки биологической смерти.
25. Признаки гипертермии. Порядок оказания первой помощи.
26. Порядок осмотра пострадавшего.
27. Осложнения ранений, опасные для жизни.
28. подручные материалы, используемые для остановки кровотечения, наложения повязок, иммобилизации, транспортировки.
29. Структура санитарных потерь на пожарах
30. Виды кровотечений. Признаки большой кровопотери

31. Перечислите органы, расположенные в грудной полости.
32. Транспортная иммобилизация
33. Виды ожогов. Порядок оказания первой помощи.
34. Травма груди. Виды, проявления, порядок оказания первой помощи.
35. Признаки артериального кровотечения и способы временной остановки
36. Клиническая смерть. Признаки, время, отведенное на проведение реанимационных мероприятий. Порядок проведения СЛР.
37. Простейший прием оценки АД
38. Признаки венозного кровотечения и способы временной остановки кровотечения.
39. Признаки гипертермии. Порядок оказания первой помощи.
40. Виды носилочных средств. Показания для их использования.
41. Порядок действий при оказании первой помощи на пожаре пострадавшему с ожогами в бессознательном состоянии
42. подручные материалы, используемые для остановки наружного кровотечения, наложения повязок, иммобилизации, транспортировки.
43. Правила наложения кровоостанавливающего жгута.
44. Правила йодирования при защите населения на радиационно-загрязненных территориях
45. Признаки успешной сердечно-легочной реанимации, и не успешной реанимации.
46. Порядок оказания первой помощи пострадавшему с проникающим ранением грудной клетки.
47. Признаки клинической смерти.
48. Назовите наиболее опасное кровотечение. Порядок оказания первой помощи.
49. Порядок оказания первой помощи при травматическом шоке.
50. Перечислите средства, которые можно применить для иммобилизации при переломе конечностей.
51. Порядок выполнения сердечно-легочной реанимации
52. Перечислите кости, составляющие скелет верхней конечности.
53. Приемы удаления инородного тела из верхних дыхательных путей у детей
54. Первая помощь при утоплении
55. Признаки переохлаждения. Порядок оказания первой помощи.
56. Противоядие к угарному газу.
57. Перечислите признаки вывиха плечевого сустава и правила первой помощи
58. Способы временной остановки наружного кровотечения.
59. Осложнения переломов
60. Признаки острого живота. Виды заболеваний, проявления, порядок оказания первой помощи.
61. Приемы удаления инородного тела из верхних дыхательных путей у взрослого пострадавшего.
62. Осложнения ранений, опасные для жизни.
63. Основные проявления вывиха. Порядок оказания первой помощи.
64. Признаки переохлаждения, порядок оказания первой помощи.

65. Первая помощь при ранении
66. Виды носилочных средств, показания для их использования.
67. Частота дыхания, пульса, величина артериального давления у здорового взрослого человека в покое.
68. Признаки гипертермии. Порядок оказания первой помощи.
69. Назовите признаки, по которым можно заподозрить внутреннее кровотечение.
70. Способы определения площади ожога
71. Понятие о шоке
72. Признаки перелома ключицы
73. Алгоритм оценки состояния пострадавшего
74. Алгоритм помощи при ранении.
75. Виды, признаки переломов. Достоверные признаки открытых переломов. Порядок оказания первой помощи.
76. Угрожающие жизни состояния и очередность оказания первой помощи
77. Синдром длительного сдавления. Правила первой помощи
78. Порядок оказания первой помощи при длительной потере сознания.
79. Виды ожогов. Порядок оказания первой помощи.
80. Первоочередные мероприятия первой помощи.
81. Травма головы. Виды, проявления, порядок оказания первой помощи.
82. Основные проявления травмы позвоночника с повреждением и без повреждения спинного мозга. Порядок оказания первой помощи.
83. Признаки клинической смерти. Достоверные признаки биологической смерти.

6.2. Шкала оценивания результатов промежуточной аттестации и критерии выставления оценок

Форма контроля	Показатели оценивания	Критерии выставления оценок	Шкала оценивания
зачет	правильность и полнота ответа	дан правильный, полный ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, доказательно раскрыты основные положения вопросов; могут быть допущены недочеты, исправленные самостоятельно в процессе ответа; дан правильный, недостаточно полный ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи; могут быть допущены недочеты, исправленные с помощью преподавателя; дан недостаточно правильный и полный ответ; логика	зачтено

		и последовательность изложения имеют нарушения; в ответе отсутствуют выводы.	
		ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу; присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения; дополнительные и уточняющие вопросы не приводят к коррекции ответа на вопрос.	не зачтено

7. Ресурсное обеспечение дисциплины

7.1. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечения:

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

1. Astra Linux Common Edition релиз Орел - операционная система общего назначения. Лицензия №217800111-ore-2.12-client-6196

2. Astra Linux Special Edition - операционная система общего назначения. Лицензия №217800111-alse-1.7-client-medium-x86_64-0-14545

3. Astra Linux Special Edition - операционная система общего назначения. Лицензия №217800111-alse-1.7-client-medium-x86_64-0-14544

7.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Портал открытых данных Российской Федерации <https://data.gov.ru/> (свободный доступ);

2. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru> (свободный доступ);

3. Система официального опубликования правовых актов в электронном виде <http://publication.pravo.gov.ru> (свободный доступ);

4. Электронная библиотека университета <http://elib.igps.ru> (авторизованный доступ);

5. Электронно-библиотечная система «ЭБС IPR BOOKS» <http://www.iprbookshop.ru> (авторизованный доступ).

6. Электронно-библиотечная система "Лань" <https://e.lanbook.com> (авторизованный доступ).

7.1. Литература

Основная литература:

1. Коннова Л.А., Крутолапов А.С. Первая помощь: учебник для личного состава пожарно-спасательных подразделений ФПС ГПС МЧС России.. Издательство: Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России, Санкт-Петербург 2016 г. - 220 с. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России [сайт]. — URL: <https://elib.igps.ru/?5&type=card&cid=ALSFR-b58fd167-6028-4b1b-80f8-e8ea572d6dbc&remote=false>
2. Коннова Л.А., Балабанов В.А., Артамонова Г.К. Безопасность жизнедеятельности. Первая помощь: учебное пособие. Издательство: Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России, Санкт-Петербург 2013 г. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России [сайт]. — URL: <https://elib.igps.ru/?7&type=card&cid=ALSFR-743233de-dd49-4c87-a250-c1990ec0b3cc&remote=false>

Дополнительная литература:

1. Коннова Л.А. Первая помощь при внезапных острых заболеваниях. Издательство: Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России, Санкт-Петербург 2012 г. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России [сайт].—URL: <https://elib.igps.ru/?9&type=card&cid=ALSFR-898dc5b2-cb72-4490-a20e-c23267b8e904&remote=false>
2. Коннова Л.А. Первая помощь при ранениях, кровотечениях и шоке Издательство: Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России, Санкт-Петербург 2012 г. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России [сайт].—URL: <https://elib.igps.ru/?11&type=card&cid=ALSFR-669b59c0-5db0-44b3-a7cf-71b969b4c62b&remote=false>
3. Кушнерчук Ю.В., Коннова Л.А. Приемы спасения и первая помощь на воде: пособие. Издательство: Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России, Санкт-Петербург 2014 г. - Текст : электронный // Электронно-библиотечная система Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России [сайт]. — URL: <https://elib.igps.ru/?13&type=card&cid=ALSFR-089b4ceb-edf7-4cba-ab02-1747e27335a3&remote=false>

7.2. Материально-техническое обеспечение

Для проведения и обеспечения занятий используются помещения, которые представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой бакалавриата, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: автоматизированное рабочее место преподавателя, маркерная доска, мультимедийный проектор,

посадочные места обучающихся.

Для проведения практических занятий по дисциплине используются: кабинет первой помощи. Материально-техническими средствами обучения по дисциплине являются: Манекен-торс сердечно-лёгочной реанимации Little Anne, расширенная индивидуальная аптечка первой помощи, малая групповая аптечка, носилки жесткие, вакуумный матрас.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде университета.

Автор: старший преподаватель Булатова Юлия Михайловна.