

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО КУРСУ ПОДГОТОВКИ СПАСАТЕЛЬ НА АКВАТОРИИ (рекомендованное)

Тема занятия	время изуче ния (акад.)	Вид занятия
День 1		
Введение	0,1	
Вебинар Входной контроль. Работа с преподавателем. Задачи курса. Организационные вопросы. Правила работы на платформе дистанционного обучения: - в личном кабинете слушателя; - с материалами и инструментами платформы (лекции, презентации, видеоуроки и т. п.); - в электронной библиотеке	2	
Тема 1.1. Правовое регулирование охраны жизни людей на водных объектах	0,5	
Тема 1.2. Организация дежурства в аварийно-спасательном формировании (на поисково-спасательной станции)	0,3	
Практическое занятие (самостоятельная работа с документом). Изучение регламента работы спасателей ООО «Центр здоровья»	0,5	
Тема 1.3. Требования к спасательному посту	0,3	
Тема 1.4. Выполнение работ по профилактике несчастных случаев на акваториях в местах массового отдыха людей	1	
Тема 1.5. Проведение поисково-спасательных работ на акваториях	1	
Практическое занятие (самостоятельная работа с документом). Изучение должностной инструкции спасателя на акватории	1	
День 2		
Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ» «Основы организации и ведения аварийно-спасательных работ: Спасательная техника и базовые машины» - Раздел 3.2. Особенности проведения АСДНР при ликвидации последствий наводнений, затоплений и цунами (стр. 56-68)	2	
Тест по Разделу 1	0,3	
Тема 2.1. Спасательные средства и оборудование	0,2	
Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ» «Основы организации и ведения аварийно-спасательных работ: Спасательная техника и базовые машины» - Раздел 4.4. Водно-спасательная техника и средства спасения на воде (стр. 135-151)	2	
Тема 2.2. Средства связи. Правила радиообмена	1	
Учебный фильм «Порядок использования радиостанции»	0,1	
Тема 2.3. Средства оповещения	0,2	
Практическое занятие (самостоятельная работа с документом). Изучение СП 133.13330.2012. Свод правил. Сети проводного радиовещания	1	

День 3		
Вебинар Изучение ТТХ и правил работы радиостанций и средств оповещения, применяемых в организации	2	
Тема 2.4. Средства наблюдения	0,2	
Тест по Разделу 2	0,3	
Тема 3.1. Организация работы по охране жизни людей на акваториях	0,2	
Тема 3.2. Контроль за изменением погодных условий	0,2	
Тема 3.3. Оценка рисков собственной безопасности	0,4	
Учебный фильм «Порядок использования спасательного жилета»	0,1	
Учебный фильм «Применение спасательного круга»	0,1	
Самостоятельная отработка практических навыков «Надевание и подгонка спасательного жилета, бросание спасательного круга»	2	
Тема 3.4. Оказание помощи пловцам	0,3	
Учебный фильм «Оказание помощи уставшему пловцу различными способами»	0,1	
Тема 3.5. Спасение тонущих	2	
Учебный фильм «Подплывание к тонущему»	0,1	
День 4		
Учебный фильм «Подъем пострадавшего со дна»	0,1	
Просмотр учебного фильма «Извлечение тонущего из бассейна»	0,1	
Самостоятельная отработка практических навыков «Выполнение упражнений в бассейне: использование различных способов помощи уставшему пловцу»	6	
День 5		
Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ» «Профессионально-прикладная физическая подготовка спасателя» - Тема 3. Приёмы спасения пострадавшего на воде и на льду (стр. 25-30) – с методикой обучения приёмам освобождения от захватов в воде; Тема 4. Способы транспортировки пострадавшего в воде (стр. 31-34); Тема 5. Назначение и применение спасательных средств на воде (стр. 35-39) – с методикой обучения плаванию в ластах	4	
Вебинар Организация и особенности проведения спасательных работ на акватории	2	
Самостоятельная отработка практических навыков «Выполнение упражнений в бассейне: подплывание к тонущему, освобождение от захватов, транспортировка пострадавшего в воде, извлечение пострадавшего из бассейна»	2	
День 6		
Самостоятельная отработка практических навыков «Выполнение упражнений в бассейне: подплывание к тонущему, освобождение от захватов, транспортировка пострадавшего в воде, извлечение пострадавшего из бассейна»	4	
Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ» «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Плавание»	4	

День 7		
Тест по Разделу 3	0,3	
Тема 4.1. Юридические основы оказания первой помощи	0,2	
Тема 4.2. Основы анатомии и физиологии человека	1	
Тема 4.3. Средства оказания первой помощи	0,2	
Тема 4.4. Оказание первой помощи пострадавшим	2	
День 8		
Вебинар Особенности оказания первой помощи утопающим Сердечно-лёгочная реанимация Остановка кровотечений и наложение повязок Иммобилизация и транспортировка пострадавших	5	
Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ» «Терминальные состояния. Алгоритм проведения базовой (элементарной) сердечно-лёгочной реанимации в условиях дефицита времени»	3	
День 9		
Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ» «Терминальные состояния. Алгоритм проведения базовой (элементарной) сердечно-лёгочной реанимации в условиях дефицита времени»	2	
Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ» «Первая помощь при травмах»	5	
День 10		
Самостоятельная отработка практических навыков на манекене «Проведение сердечно-лёгочной реанимации»	2	
Тема 4.5. Эвакуация и транспортировка пострадавших	0,3	
Самостоятельная отработка практических навыков «Транспортировка пострадавшего различными способами»	2	
Тест по Разделу 4	0,3	
Видеоурок «Введение в курс психологической подготовки пожарного (спасателя)»	0,2	
Тема 5.1. Профессиональный стресс. Основы психологической реабилитации	0,2	
Видеоурок «Стресс»	0,2	
Видеоурок «Хронический стресс»	0,2	
Видеоурок «Эмоциональное выгорание»	0,2	
Видеоурок «Эмоции»	0,2	
Видеоурок «Коллектив как ресурс»	0,2	
Видеоурок «Конфликты»	0,2	
Видеоурок «Травматический стресс»	0,2	

Видеоурок «Острые стрессовые реакции»	0,2	
Видеоурок «Информационная работа»	0,2	
Видеоурок «Индивидуальные последствия»	0,2	
Видеоурок «Групповые последствия»	0,2	
Тема 5.2. Методы и приёмы психологической саморегуляции в системе профилактики профессионального стресса. Общие принципы общения с пострадавшими в ЧС. Бесконфликтное общение.	0,5	
Видеоурок «Саморегуляция»	0,2	
День 11		
Самостоятельная отработка упражнений по саморегуляции с использованием видеoinструкций «Дыхание»	0,2	
Самостоятельная отработка упражнений по саморегуляции с использованием видеoinструкций «Внимание»	0,2	
Самостоятельная отработка упражнений по саморегуляции с использованием видеoinструкций «Визуализация»	0,2	
Самостоятельная отработка упражнений по саморегуляции с использованием видеoinструкций «Медитация»	0,2	
Самостоятельная отработка упражнений по саморегуляции с использованием видеoinструкций «Аутогенная тренировка»	0,2	
Самостоятельная отработка упражнений по саморегуляции с использованием видеoinструкций «Нервно-мышечная релаксация»	0,2	
Самостоятельная отработка упражнений по саморегуляции с использованием видеoinструкций «Идеомоторная тренировка»	0,2	
Вебинар Психологическая подготовка спасателя. Профессионально-важные качества спасателя.	4	
Контрольное задание раздела 6	0,3	
День 12		
Итоговая аттестация	4	

Условные обозначения

<i>Лекционные (теоретические) занятия</i>	
Самостоятельное изучение лекционного материала	
Самостоятельная работа с учебными пособиями и электронной библиотечной системой «ЛАНЬ»	
Самостоятельная работа с презентациями	
Просмотр учебных фильмов	
<i>Самостоятельные практические занятия</i>	
Выполнение тестовых заданий (текущий контроль)	
Самостоятельная отработка практических навыков	

Практическая работа (текстовый документ)	
Практическая работа (зачёт - выполнение упражнений)	
Итоговая аттестация	
<i>Практические занятия с преподавателем</i>	
Вебинар	