

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный директор  
ООО «Центр здоровья»  
Н. А. Волохова  
«01» ноября 2024 г.



## ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ

**Основная  
программа профессионального обучения -  
программа профессиональной подготовки  
по профессии**

**«Спасатель на акватории»  
(срок обучения – 80 академических часов)**

Мытищи  
2024 г.

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1.</b>	<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА</b>	<b>3</b>
<b>2.</b>	<b>СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ</b>	<b>9</b>
	<b>2.1. Учебный план</b>	<b>9</b>
	<b>2.2. Календарный учебный график</b>	<b>10</b>
	<b>2.3. Рабочие программы разделов</b>	<b>14</b>
	2.3.1. Рабочая программа Раздела 1. Обеспечение безопасности людей на водных объектах	14
	2.3.2. Рабочая программа Раздела 2. Спасательные средства	14
	2.3.3. Рабочая программа Раздела 3. Особенности проведения спасательных работ на водных объектах	15
	2.3.4. Рабочая программа Раздела 4. Оказание первой помощи пострадавшим	16
	2.3.5. Рабочая программа Раздела 5. Психологическая подготовка спасателей	16
	<b>2.4. Формы аттестации и оценочные материалы</b>	<b>18</b>
<b>3.</b>	<b>УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ</b>	<b>20</b>
	<b>3.1. Организационно-педагогические условия реализации программы</b>	<b>20</b>
	<b>3.2. Материально-техническое обеспечение программы</b>	<b>21</b>
	<b>3.3. Кадровое обеспечение программы</b>	<b>23</b>
	<b>3.4. Учебно-методическое обеспечение программы</b>	<b>23</b>

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Динамично развивающаяся сфера услуг по организации активного отдыха населения в аквапарках, бассейнах, банях, саунах и требование российского законодательства о безопасном оказании подобных услуг сформировала потребность в обеспечении серьёзных мер безопасности и необходимость укомплектования организаций, оказывающих такие услуги, соответствующими специалистами – спасателями.

07.12.2020 г Приказом Минтруда России № 862н был утверждён Профессиональный стандарт «Спасатель на акватории».

Согласно п. п. 1, 4 ст. 1 Водного кодекса РФ акватория водного объекта - это водное пространство в пределах естественных, искусственных или условных границ природного или искусственного водоёма, водотока либо иного объекта, постоянное или временное сосредоточение вод в котором имеет характерные формы и признаки водного режима.

Спасатель на акватории относится к категории специалистов.

Для работы спасателем на акватории принимается лицо, прошедшее профессиональное обучение - программы профессиональной подготовки по профессиям рабочих, должностям служащих, программы переподготовки рабочих, служащих, программы повышения квалификации рабочих, служащих или имеющее среднее профессиональное образование - программы подготовки квалифицированных рабочих (служащих) и дополнительное профессиональное образование - программы профессиональной переподготовки, программы повышения квалификации в области, соответствующей виду профессиональной деятельности и обладающее навыками плавания.

Программа профессиональной подготовки по виду образования профессиональное обучение регламентирует содержание, организацию и оценку качества профессиональной подготовки слушателей по профессии рабочего «Спасатель на акватории». Продолжительность (срок обучения) по программе профессиональной подготовки по профессии рабочего «Спасатель на акватории» составляет 80 академических часов.

Содержание программы представлено пояснительной запиской, учебным планом, календарным учебным графиком, рабочими программами модулей, планируемыми результатами освоения программы, условиями реализации программы, системой оценки результатов освоения программы, перечнем литературы.

Программа разработана на основании следующих нормативных правовых документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Минпросвещения России от 26.08.2020 г. № 438 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным программам профессионального обучения» (Зарегистрировано в Минюсте России 11.09.2020 г. № 59784)
3. Приказ Минобрнауки России от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».
4. Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников, осуществляющих деятельность в области гражданской обороны, защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, обеспечения пожарной безопасности, безопасности людей на водных объектах и объектах ведения горных работ в подземных условиях», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 03.12.2013 г. № 707н.
6. Постановление Правительства России от 31.10.2002 г. № 787 «О порядке утверждения Единого тарифно-квалификационного справочника работ и профессий рабочих, Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих»
7. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
8. Приказ Минтруда России № 862н от 07.12.2020 г, утверждающий Профессиональный стандарт «Спасатель на акватории».
9. Методические рекомендации по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ с учётом соответствующих профессиональных стандартов» от 22.01.2015 г. № ДЛ-1/05вн.
10. ГОСТ Р 52604-2012. Национальный стандарт Российской Федерации. Атракционы водные. Безопасность при эксплуатации. Общие требования» (утв. и введен в действие Приказом Росстандарта от 18.09.2012 г. № 332-ст).

#### **Цель освоения программы:**

программа предназначена для формирования знаний, умений и навыков, для приобретения необходимых компетенций в практической деятельности обучаемых при выполнении обязанностей по выполнению работ по профилактике несчастных случаев, спасанию людей на акваториях в местах массового отдыха людей, предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций, поиску и спасанию на акваториях.

#### **Категория слушателей:**

лица, замещающих должности (претендующих на замещение должностей), для исполнения должностных обязанностей, по которым устанавливаются требования к прохождению обучения по программам профессиональной подготовки по профессиям рабочих, должностям служащих - лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.

#### **Планируемые результаты освоения программы:**

содержание программы направлено на совершенствование у слушателей специальной, психологической и медицинской подготовки, сбор и обобщение информации о работе спасательных служб и, как следствие, формирование у слушателей профессиональных компетенций, соответствующих обязанностям и функциям специалиста в области ведения спасательных работ с целью спасения людей и оказанию первой помощи пострадавшим.

**Компетенции, подлежащие совершенствованию или формированию в результате освоения программы**

Обобщённые трудовые функции			Трудовые функции		
код	наименование	уровень квалификации	наименование	код	уровень (подуровень) квалификации
А	Выполнение работ по профилактике несчастных случаев, спасание людей на акваториях в местах массового отдыха людей	2	Выполнение работ по профилактике несчастных случаев на акваториях в местах массового отдыха людей	А/01.2	2
			Спасание людей на акватории с использованием спасательных средств, плавсредств и снаряжения	А/02.2	2
			Несение дежурства в режиме постоянной готовности	А/03.2	2
			Оценка рисков собственной безопасности	А/04.2	2
			Оказание пострадавшему первой помощи и его транспортировка	А/05.5	2

В результате освоения содержания Программы слушатели должны:

**знать:**

- законодательство Российской Федерации, региональное законодательство в области обеспечения безопасности жизни людей на водных объектах;
- приборы для измерения погодных условий и температуры и состава воды;
- признаки резкого ухудшения погоды;
- характеристики зоны ответственности (характеристика дна, глубины, наличие течений);
- границы зоны ответственности, периодичность и маршрут обходов;
- порядок использования громкоговорящих устройств;
- сигналы, подаваемые на пляжах, у акваторий в местах массового отдыха людей;
- правила пользования оптическими приборами;
- правила пользования средствами связи;
- телефоны экстренных служб;
- признаки угрозы утопления;
- правила плавания в зоне ответственности;
- спасательные средства и спасательное снаряжение;
- правила пользования спасательным жилетом;

- технику освобождения от захвата утопающего;
- требования охраны труда;
- методы организации спасательной службы;
- методы организации приёма-передачи плавсредств, спасательных и материальных средств;
- порядок приёма-сдачи дежурства;
- методы организации работы экстренных служб в районе несения дежурства и порядок взаимодействия с ними;
- характеристики плавсредств, спасательных средств и снаряжения, правила использования и ухода за ними;
- внешние факторы, представляющие угрозу при спасании утопающего (состояние погоды, водной поверхности, наличии течений, расстояние до утопающего);
- допустимое время пребывания человека под водой;
- правила безопасности при спасании из воды;
- способы транспортировки пострадавшего;
- содержание и объём первой помощи пострадавшим в различных чрезвычайных ситуациях, достоверные и вероятные признаки нарушения жизненно важных функций организма, организационно - правовые аспекты оказания первой помощи пострадавшим, порядок сортировки пострадавших, порядок выноса, транспортировки пострадавших из очагов поражения и их погрузки на транспорт, правила личной и общественной гигиены;
- перечень состояний, при которых оказывается первая помощь;
- способы определения наличия сознания и признаков жизни у пострадавшего;
- порядок восстановления проходимости дыхательных путей;
- порядок проведения сердечно-лёгочной реанимации;
- содержание осмотра пострадавшего в целях выявления состояний, угрожающих его жизни и здоровью;
- порядок передачи пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи;
- правила безопасности при проведении спасательных работ на акватории в летнее и зимнее время;
- стрессогенные факторы, воздействующие на спасателей и пожарных при работе в чрезвычайной ситуации, приемы бесконфликтного общения, общие принципы техник саморегуляции; приемы саморегуляции, возможные реакции на стрессовую ситуацию, специфические особенности общения с пострадавшими в зоне ЧС, способы и приёмы конструктивного общения.

**уметь:**

- обходить зону ответственности у акваторий - в месте массового отдыха людей;
- производить оценку условий для плавания и/или измерение основных гидрометеорологических факторов (направления и силы ветра, температуры воздуха и воды);
- производить измерения основных гидрометеорологических факторов, получать прогнозы погоды;
- оценивать состояние водной поверхности;
- использовать средства сигнализации и громкоговорящие устройства для информирования купающихся;
- использовать средства радиосвязи и оповещения;

- наблюдать визуально и с помощью оптических приборов за купающимися;
- оценивать необходимость в оказании помощи;
- выбирать эффективный способ спасения и необходимые средства спасения;
- подавать спасательный круг, лить спасательный;
- использовать трубку, маску, ласты;
- использовать спасательный гидрокombинезон;
- использовать спасательный жилет;
- освободиться от захвата утопающего;
- следить за купающимися в зоне ответственности спасательной станции (спасательного поста);
- производить визуальный осмотр плавсредств и спасательных средств;
- определять возможные неисправности плавсредств и спасательных средств;
- осуществлять мелкий ремонт плавсредств и спасательных средств, не требующий специальной подготовки;
- обслуживать плавсредства, спасательные средства и снаряжение;
- оценивать собственные силы и имеющиеся средства для спасения утопающего;
- определять необходимый тип спасательных средств в зависимости от ситуации;
- визуально оценивать расстояние, скорость течения, массу пострадавшего;
- принимать решения о самостоятельном оказании помощи утопающему;
- выполнять мероприятия по оценке обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи;
- вызывать скорую медицинскую помощь, специальные службы, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом;
- определять наличие сознания у пострадавшего;
- восстанавливать проходимость дыхательных путей и определять признаки жизни у пострадавшего;
- проводить сердечно-лёгочную реанимацию;
- поддерживать проходимость дыхательных путей;
- выполнять обзорный осмотр пострадавшего и временно останавливать наружное кровотечение;
- выполнять подробный осмотр пострадавшего в целях выявления признаков травм, отравлений и состояний, угрожающих его жизни и здоровью, оказывать первую помощь в случае выявления указанных состояний;
- придавать пострадавшему оптимальное положение тела;
- контролировать состояние пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение) и оказывать психологическую поддержку;
- транспортировать пострадавших разными способами;
- передавать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом;
- оперативно реагировать на сигналы и информацию о возникновении чрезвычайной ситуации в зоне ответственности, выполнять нормативы;
- принимать решения и выполнять действия в условиях дефицита времени и ограниченной информации;

- поддерживать в готовности спасательные средства;
- анализировать ситуацию в месте проведения спасательных работ;
- определять и классифицировать факторы, сопутствующие проведению спасательных работ и влияющие на их проведение;
- выделять внешние факторы, представляющие угрозу непосредственно или потенциально для собственной жизни и для своего здоровья;
- оценивать имеющиеся спасательные средства, снаряжение и оборудование для проведения спасательных работ;
- анализировать состояние своих сил и свои возможности по спасанию;
- использовать руководства по проведению спасательных работ на акватории;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты органов дыхания;
- регулировать свое актуальное психическое состояние, используя приемы саморегуляции, иметь представление: об основных психологических факторах, влияющих на личность и деятельность спасателя, об индивидуальных особенностях реагирования людей на стресс; психологическом и физиологическом видах стресса, общем адаптационном синдроме и его стадиях; механизмах адаптации; об особенностях проявления и развития профессионального стресса и стратегиях совладения с ним, о последствиях стресса для групп, феномене эмоционального заражения, о задачах психологической работы с разными группами пострадавших, об общих принципах оказания экстренной психологической помощи пострадавшим в ЧС;

**Владеть:**

- навыками оценки условий (гидрометеоусловий) места массового отдыха людей;
- навыками обхода зоны ответственности;
- навыками информирования отдыхающих и руководства;
- навыками наблюдения за акваторией;
- навыками определения необходимости в оказании помощи;
- навыками выбора способа и средств спасания;
- навыками спасания пострадавшего;
- навыками контроля акватории в зоне ответственности;
- навыками ведения служебной документации;
- навыками поддержания в готовности плавсредств и спасательных средств;
- навыками выявления факторов, угрожающих собственной жизни и здоровью;
- навыками оценки собственных сил и выбор средств для проведения спасательных работ;
- навыками принятия решения о возможности проведения спасательных работ;
- навыками оказания первой помощи пострадавшим при несчастных случаях, травмах, отравлениях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью;
- навыками транспортировки пострадавшего;
- навыками наблюдения со спасательной станции, спасательного поста за акваторией;
- навыками непрерывного отслеживания сигналов и оповещений о возникновении чрезвычайных ситуаций в зоне ответственности;
- навыками оперативного реагирования на сигналы и информацию о возникновении чрезвычайной ситуации в зоне ответственности;
- навыками профессионального и эффективного применения на практике приобретённых в процессе обучения знаний и умений



## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

**Язык обучения:** русский

**Форма обучения:** очная, очно-заочная, с применением дистанционных образовательных технологий

**Форма организации образовательного процесса:** индивидуальная/групповая

### Объём программы и виды учебной деятельности

Вид учебной деятельности	Всего часов
Общая трудоёмкость дисциплины	80
Лекции (Л)	12,3
Практические занятия (ПЗ)	67,7
Вид итогового контроля (зачёт)	4

### 2.1. Учебный план

№	Наименования разделов	Количество часов			Форма контроля
		Всего	в том числе		
			Лекции	Практические занятия	
2.	Обеспечение безопасности людей на водных объектах	9	3,2	5,8	Промежуточный контроль
3.	Спасательные средства	7	1,6	5,4	Промежуточный контроль
4.	Особенности проведения спасательных работ на водных объектах	28	3,1	24,9	Промежуточный контроль
5.	Оказание первой помощи пострадавшим	23	3,7	19,3	Промежуточный контроль
6.	Психологическая подготовка спасателей	9	0,7	8,3	Промежуточный контроль
7.	Итоговая аттестация	4	-	4	Зачёт
	Итого:	80	12,3	67,7	

Лицам, успешно освоившим программу в полном объёме и прошедшим итоговую аттестацию, выдается Свидетельство о профессии рабочего, должности служащего образца, установленного ООО «Центр здоровья».


















Лицам, освоившим часть образовательной программы и/или не прошедшим итоговую аттестацию, выдается Справка об обучении (периоде обучения) установленного образца.

## 2.2. Календарный учебный график





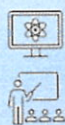




















**Срок реализации программы:** 12 учебных дней  
**Трудоёмкость программы:** 80 академических часов

**Режим занятий:** 12 учебных дней по 6–8 акад. часов согласно расписанию

**Продолжительность академического часа:** 45 минут

Тема занятия	время изуче ния	Вид занятия
<b>День 1</b>		
<b>Введение</b>	0,1	
<b>Занятие с преподавателем (вебинар)</b> Входной контроль. Задачи курса. Организационные вопросы. Правила работы на платформе дистанционного обучения: - в личном кабинете слушателя; - с материалами и инструментами платформы (лекции, презентации, видеуроки и т. п.); - в электронной библиотеке	2	
<b>Тема 1.1.</b> Правовое регулирование охраны жизни людей на водных объектах	0,5	
<b>Тема 1.2.</b> Организация дежурства в аварийно-спасательном формировании (на поисково-спасательной станции)	0,3	
<b>Практическое занятие (самостоятельная работа с документом). Изучение регламента работы спасателей ООО «Центр здоровья»</b>	0,5	
<b>Тема 1.3.</b> Требования к спасательному посту	0,3	
<b>Тема 1.4.</b> Выполнение работ по профилактике несчастных случаев на акваториях в местах массового отдыха людей	1	
<b>Тема 1.5.</b> Проведение поисково-спасательных работ на акваториях	1	
<b>Практическое занятие (самостоятельная работа с документом). Изучение должностной инструкции спасателя на акватории</b>	1	
<b>День 2</b>		
<b>Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ»</b> «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	
<b>Тест по Разделу 1</b>	0,3	
<b>Тема 2.1.</b> Спасательные средства и оборудование	0,2	
<b>Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ»</b> «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	
<b>Тема 2.2.</b> Средства связи. Правила радиообмена	1	
<b>Учебный фильм «Порядок использования радиостанции»</b>	0,1	
<b>Тема 2.3.</b> Средства оповещения	0,2	
<b>Практическое занятие (самостоятельная работа с документом). Изучение СП 133.13330.2012. Свод правил. Сети проводного радиовещания</b>	1	

<b>День 3</b>		
<b>Занятие с преподавателем (вебинар)</b> Изучение ТТХ и правил работы радиостанций и средств оповещения, применяемых в организации	2	
Тема 2.4. Средства наблюдения	0,2	
<b>Тест по Разделу 2</b>	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	
<b>Самостоятельная отработка практических навыков «Надевание и подгонка спасательного жилета, бросание спасательного круга»</b>	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	
<b>День 4</b>		
Учебный фильм «Подъем пострадавшего со дна»	0,1	
Просмотр учебного фильма «Извлечение тонущего из бассейна»	0,1	
<b>Самостоятельная отработка практических навыков «Выполнение упражнений в бассейне: использование различных способов помощи уставшему пловцу»</b>	6	
<b>День 5</b>		
<b>Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ»</b> «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	
<b>Занятие с преподавателем (вебинар)</b> Организация и особенности проведения спасательных работ на акватории	2	
<b>Самостоятельная отработка практических навыков «Выполнение упражнений в бассейне: подплывание к тонущему, освобождение от захватов, транспортировка пострадавшего в воде, извлечение пострадавшего из бассейна»</b>	2	
<b>День 6</b>		
<b>Самостоятельная отработка практических навыков «Выполнение упражнений в бассейне: подплывание к тонущему, освобождение от захватов, транспортировка пострадавшего в воде, извлечение пострадавшего из бассейна»</b>	4	
<b>Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ»</b> «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту. Плавание»	4	
<b>День 7</b>		
<b>Тест по Разделу 3</b>	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	
<b>День 8</b>		
<b>Занятие с преподавателем (вебинар)</b> Особенности оказания первой помощи утопающим Сердечно-лёгочная реанимация Остановка кровотечений и наложение повязок Иммобилизация и транспортировка пострадавших	5	
<b>Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ»</b> «Терминальные состояния. Алгоритм проведения базовой (элементарной) сердечно-лёгочной реанимации в условиях дефицита времени»	3	
<b>День 9</b>		
<b>Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ»</b> «Терминальные состояния. Алгоритм проведения базовой (элементарной) сердечно-лёгочной реанимации в условиях дефицита времени»	2	
<b>Самостоятельная работа с электронной библиотечной системой «ЛАНЬ»</b> «Первая помощь при травмах»	5	
<b>День 10</b>		
<b>Самостоятельная отработка практических навыков на манекене «Проведение сердечно-лёгочной реанимации»</b>	2	
Тема 4.5. Эвакуация и транспортировка пострадавших	0,3	
<b>Самостоятельная отработка практических навыков «Транспортировка пострадавшего различными способами»</b>	2	
<b>Тест по Разделу 4</b>	0,3	
<b>Видеоурок «Введение в курс психологической подготовки пожарного (спасателя)»</b>	0,2	
Тема 5.1. Профессиональный стресс. Основы психологической реабилитации	0,2	
<b>Видеоурок «Стресс»</b>	0,2	
<b>Видеоурок «Хронический стресс»</b>	0,2	
<b>Видеоурок «Эмоциональное выгорание»</b>	0,2	
<b>Видеоурок «Эмоции»</b>	0,2	
<b>Видеоурок «Коллектив как ресурс»</b>	0,2	
<b>Видеоурок «Конфликты»</b>	0,2	
<b>Видеоурок «Травматический стресс»</b>	0,2	
<b>Видеоурок «Острые стрессовые реакции»</b>	0,2	
<b>Видеоурок «Информационная работа»</b>	0,2	
<b>Видеоурок «Индивидуальные последствия»</b>	0,2	
<b>Видеоурок «Групповые последствия»</b>	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	
<b>День 11</b>		
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	
Занятие с преподавателем (вебинар) Психологическая подготовка спасателя. Профессионально-важные качества спасателя.	4	
Контрольное задание раздела 6	0,3	
<b>День 12</b>		
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>	
Занятие с преподавателем (вебинар)	

## **2.3. Рабочие программы разделов**

### **2.3.1. Обеспечение безопасности людей на водных объектах (5 акад. часов)**

#### **Введение в курс**

Актуальность организации безопасности людей на воде. История оказания помощи утопающим. Профессиональный стандарт «Спасатель на акватории». Требования к спасателям на акватории. Правовое регулирование безопасности в Российской Федерации.

#### **Тема 1.1 Правовое регулирование охраны жизни людей на водных объектах.**

Правовое регулирование общественных отношений по использованию водных объектов. Причины гибели людей на водных объектах. Направления использования водных объектов. Правовое регулирование вопросов безопасности в Российской Федерации. Правила безопасного поведения на воде, рекомендованные МЧС России.

#### **Тема 1.2. Организация дежурства в аварийно-спасательном формировании (на поисково-спасательной станции).**

Режим работы спасателей профессиональных аварийно-спасательных служб, профессиональных аварийно-спасательных формирований. Работа московской городской поисково-спасательной службы на водных объектах. Изучение регламента работы спасателей ООО «Центр здоровья».

#### **Тема 1.3. Требования к спасательному посту.**

Состав спасательного поста. Виды постов. Обеспеченность спасательных постов.

#### **Тема 1.4. Выполнение работ по профилактике несчастных случаев на акваториях в местах массового отдыха людей.**

Определение мест, запрещенных к купанию, катанию на лодках, забору воды и т. п.

Контроль за состоянием зоны рекреации водного объекта. ГИМС. Техническое освидетельствование зон рекреации водного объекта. Безопасность детей.

Паромные переправы. Безопасность на льду. Порядок движения транспорта на переправах.

Ответственность за обеспечение безопасности жизни людей в котлованах, карьерах, затопленных водой.

Профилактика несчастных случаев среди отдыхающих.

#### **Тема 1.5. Проведение поисково-спасательных работ на акваториях.**

Несчастные случаи на акваториях. Поступление первых сведений. Начальные действия. Планирование поисково-спасательных работ. Оперативные мероприятия. Работа по спасению тонущих. Осмотр береговой линии. Поиск утонувшего. Поиски с использованием водолазов. Поисково-спасательные работы на болоте. Работа на тонком льду.

Должностная инструкция спасателя на акватории.

### **2.3.2. Рабочая программа Раздела 2. Спасательные средства (5,6 акад. часов)**

#### **Тема 2.1. Спасательные средства и оборудование.**

Оснащение спасательных постов и плавсредств. Спасательные круги. «Шары

Сулова». «Конец Александрова». Спасательные жилеты. Особенности использования спасательных средств.

#### **Тема 2.2. Средства связи. Правила радиообмена.**

Радиосвязь. Схема радиосвязи. Правила организации радиосвязи. Правила радиообмена. Подача сигнала бедствия. Средства связи, применяемые в подразделении.

#### **Тема 2.3. Средства оповещения.**

Ручной мегафон. Стационарные системы оповещения. Средства оповещения, применяемые в подразделении. СП 133.13330.2012. Свод правил. Сети проводного радиовещания.

#### **Тема 2.4. Средства наблюдения.**

Изучение средств наблюдения, применяемых в подразделении. ТТХ. Особенности работы.

### **2.3.3. Рабочая программа Раздела 3. Особенности проведения спасательных работ на водных объектах (24 акад. часа)**

#### **Тема 3.1. Организация работы по охране жизни людей на акваториях.**

Создание и работа спасательных станций и постов.

#### **Тема 3.2. Контроль за изменением погодных условий.**

Статистика происшествий. Признаки изменения погодных условий.

#### **Тема 3.3. Оценка рисков собственной безопасности.**

Спасение на водах. Опасности при спасении на крупных водоёмах. Факторы, определяющие выбор средств спасения.

#### **Тема 3.4. Оказание помощи пловцам.**

Способы оказания помощи уставшему пловцу.

#### **Тема 3.5. Спасение тонущих.**

Внешние признаки утопления. Вхождение в воду. Поиск пострадавшего под водой. Подплывание к тонущему. Способы освобождения от захватов. Практическая отработка основных приёмов освобождения от захватов тонущего. Способы транспортировки тонущего в воде. Практическая отработка основных приёмов транспортировки тонущего. Виды утопления. Оказание помощи при несчастных случаях на воде. Переохлаждение. Холодовый шок. Перегрев. Судороги при плавании.

### **2.3.4. Рабочая программа Раздела 4. Оказание первой помощи пострадавшим (21,2 акад. часа)**

#### **Тема 4.1. Юридические основы оказания первой помощи.**

Система оказания первой помощи в Российской Федерации. Понятие «первая помощь». Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, перечень мероприятий по её оказанию.

#### **Тема 4.2. Основы анатомии и физиологии человека.**

Строение человеческого организма. Опорно-двигательный аппарат. Суставы. Мышцы. Дыхательная система. Система кровообращения. Пищеварительная система. Органы чувств. Выделительная система. Орган равновесия (вестибулярный аппарат). Нервная система.

#### **Тема 4.3. Средства оказания первой помощи.**

Изучение аптек, размещенных на постах спасателей на примере ООО «Центр здоровья».

#### **Тема 4.4. Оказание первой помощи пострадавшим.**

Оказание первой помощи пострадавшему при утоплении.

Проведение искусственного дыхания. Техника искусственного дыхания по способу «изо рта в рот». Техника искусственного дыхания по способу «изо рта в нос».

Основы сердечно-лёгочной реанимации.

Первая помощь при ранениях.

Техника наложения повязок.

Первая помощь при кровотечениях.

Первая помощь при внутренних кровотечениях.

Первая помощь при травматическом шоке.

Первая помощь при вывихах и переломах костей.

Первая помощь при ожогах.

Первая помощь пострадавшим с острыми расстройствами психики.

#### **Тема 4.5. Эвакуация и транспортировка пострадавших.**

Соблюдение правил транспортировки. Переноска пострадавших с помощью носилочных лямок. Переноска пострадавших на руках одним носильщиком. Переноска пострадавшего на руках двумя носильщиками. Переноска пострадавших на носилках. Оптимальные позы транспортировки пострадавших в зависимости от травмы.

### **2.3.5. Рабочая программа Раздела 5. Психологическая подготовка (11,1 часа)**

#### **Тема 5.1. Профессиональный стресс. Основы психологической реабилитации.**

Планирование профессионального развития

Профессиональный стресс. Механизмы накопления профессионального стресса. Система профилактики профессионального стресса. Планирование профессионального развития. Профессиональное становление.



**Тема 5.2.** Методы и приёмы психологической саморегуляции в системе профилактики профессионального стресса. Общие принципы общения с пострадавшими в ЧС. Бесконфликтное общение.

Методы и приёмы психологической саморегуляции в системе профилактики профессионального стресса. Приёмы восстановления функционального состояния на рабочем месте.

Общие принципы общения с пострадавшими в ЧС. Общение с «жертвой» в очаге ЧС. Острые стрессовые реакции (далее - ОСР). Работа с людьми с ОСР. Экстренная допсихологическая помощь при попытке суицида. Толпа и психологические аспекты работы при большом скоплении людей. Ведение информационно-разъяснительной работы с пострадавшими в ЧС. Профилактика слухов. Социальный конфликт и способы разрешения конфликтных ситуаций. Бесконфликтное общение.

#### 2.4. Формы аттестации и оценочные материалы

В процессе реализации программы используется текущий, промежуточный и итоговый контроль.

**Текущий контроль** проводится в форме собеседования при обсуждении теоретического материала.

**Промежуточный контроль** проводится в виде наблюдения за выполнением тестовых заданий, проверка выполнения которых производится программой СДО и персональной проверкой практических работ, которые направляются слушателями преподавателям в виде файла (текстового документа).

**Итоговый контроль** осуществляется в форме зачёта (итогового тестирования), который включает в себя выполнение практических упражнений или выгрузку видеофайла их выполнения с фиксированием нормативных показателей в соответствующем разделе платформы дистанционного обучения, а также ответа на десять вопросов из разных разделов Программы.

Оценивание обучающихся проводится по двухбалльной системе: «зачёт»/ «не зачёт».

#### Критерии оценивания итоговой аттестации слушателей:

Характеристика ответа	% выполнения задания	Оценка
Содержание курса освоено. Обучающийся продемонстрировал знания и умения, полученных в ходе освоения программы	70-100	Зачёт
Содержание курса освоено плохо. Обучающийся не продемонстрировал знания и умения, являющиеся результатом освоения программы	менее 70	Не зачёт

При проведении практической квалификационной работы осуществляется проверка на воде выполнения следующих спасательных нормативов:

№ п/п	Дисциплина	Норматив
1.	Плавание вольным стилем 200 м	5 мин
2.	Плавание вольным стилем 300 м в ластах	5 мин
3.	Плавание вольным стилем 50 м с головой над водой	50 сек
4.	Нырание в длину	20 м
5.	Плавательное спасание: вход в воду - подплывтие 25 м – освобождение от захвата – удержание и буксировка пострадавшего 25 м	2 мин
6.	Метание спасательного круга	15 м

### **Оценочные материалы для проведения итоговой аттестации**

- 1) Правовое регулирование общественных отношений по использованию, водных объектов.
- 2) Организация оказания первой помощи в Российской Федерации.
- 3) Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего.
- 4) Система кровообращения. Основные показатели. (Пульс, Артериальное давление, объем циркулирующей крови).
- 5) Тепловой удар. Симптомы, первая помощь.
- 6) Травмы: понятие, признаки, классификация. Правила наложения шин.
- 7) Виды травм, первая помощь.
- 8) Травматический шок: понятие, признаки, профилактика, первая помощь.
- 9) Понятие о ранениях. Основные виды ран, признаки, первая помощь.
- 10) Виды повязок, правила бинтования. Основные виды повязок при ранениях головы, шеи, конечностей, туловища.
- 11) Понятие о кровотечении, классификация, виды кровотечений, признаки.
- 12) Способы временной остановки кровотечения, первая помощь при кровотечении.
- 13) Клиническая смерть: понятие, признаки, последовательность действий, оказание первой помощи; искусственная вентиляция легких, непрямой массаж сердца.
- 14) Алгоритм проведения сердечно-лёгочной реанимации пострадавшим.
- 15) Обструкция верхних дыхательных путей, асфиксия. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей.
- 16) Первая помощь при утоплении.
- 17) Причины гибели людей на водных объектах
- 18) Ожоговая травма. Понятие. Виды. Классификация. Первая помощь при ожогах.
- 19) Правила безопасного поведения на воде, рекомендованные МЧС России.
- 20) Основные транспортные положения пострадавших. Погрузка и размещение пострадавших внутри транспортных средств.
- 21) Организация дежурства в аварийно-спасательном формировании (на поисково-спасательной станции).
- 22) Требования к спасательному посту.
- 23) Спасательные средства и оборудование.
- 24) Правила радиообмена.
- 25) Правила подачи сигнала бедствия.
- 26) Дисциплина радиосвязи.
- 27) Средства оповещения.
- 28) Средства наблюдения.
- 29) Признаки изменения погодных условий
- 30) Способы помощи уставшему пловцу.
- 31) Правила подплывания к тонущему.
- 32) Способы освобождения от захватов утопающего.
- 33) Способы транспортировки тонущего в воде
- 34) Виды утопления

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. Организационно-педагогические условия реализации программы

Реализация программы может быть осуществлена посредством очного, очно-заочного обучения слушателей, дистанционным обучением с обязательной отработкой практических навыков слушателей и фиксацией результатов с помощью видеотехники. При обучении дистанционным способом перед началом процесса реализации программы обучающийся авторизуется в системе дистанционного обучения СДО ЗКЛ Русский Moodle на сайте ООО «Центр здоровья» (правообладателем СЭО ЗКЛ является ООО «Открытые технологии», свидетельство о государственной регистрации № 2019665610, дата регистрации в Реестре программ для ЭВМ 26 ноября 2019 г., которая предоставляет услуги ООО «Центр здоровья» на использование программы для ЭВМ по лицензионному договору №1904.1 от 18 ноября 2024 г.) и получает доступ в Раздел «Личный кабинет», где содержатся инструкции по работе с системой дистанционного обучения, ссылки на учебные материалы курса (видео-лекции, тексты лекций, презентации, материалы текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации, материалы для скачивания).

В разделах курса помещена ссылка для входа в электронную библиотеку ЭБС «Лань» (договор ООО «ЭБС ЛАНЬ» с ООО «Центр здоровья» №ОСП 131705 от 19 ноября 2024 г.), в которой обучающийся работает самостоятельно, по рекомендации своего преподавателя и согласно изучаемой теме.

Доступ к базе данных материалов для изучения осуществляется с использованием информационно-телекоммуникационной сети Интернет, обеспечивающей возможность самостоятельного изучения обучающимися материалов с рабочих мест, а также их взаимодействие с педагогическими работниками, имеющими соответствующий применяемым технологиям уровень подготовки.

Учебно-методическая помощь обучающимся оказывается преподавательским составом. Обучающийся может из личного кабинета запросить индивидуальную консультацию или присоединиться к периодическим видеоконференциям по отдельным темам.

Для освоения учебной программы используются как традиционные формы самостоятельных занятий, практические занятия, так и активные и интерактивные формы занятий: решение ситуационных задач, разбор конкретных ситуаций, выполнение заданий.

Важной частью образовательного процесса являются онлайн-уроки (в платформе дистанционного обучения СЭО ЗКЛ отмечен как «Вебинар»), которые проводятся для группы обучающихся или в индивидуальном режиме, с использованием возможностей ресурсов среды электронного обучения ЗКЛ (зарегистрирована в Реестре российского программного обеспечения. Регистрационный номер ПО 7069, дата регистрации 07.10.2020 г. (Приказ Минкомсвязи России от 06.10.2020 №515). Слушатели переходят по ссылке в курсе и попадают на запланированное мероприятие, осуществляемое с помощью платформы Вебинары от МТС Линк (Вебинар.ру). Слушатели имеют возможность сохранить видеозапись занятия для использования полученной информации в дальнейшем обучении.

Учёт контингента обучающихся и результатов обучения ведется автоматизировано посредством использования встроенного модуля СЭО ЗКЛ, который предоставляет

широкие возможности для анализа (пользовательской активности, использования и востребованности курсов и т.п.) при помощи удобного интерфейса редактируемых вкладок, содержащих настраиваемые таблицы параметров объектов СЭО ЗКЛ, предусматривает выгрузку данных из вкладок в файл с возможностью выбора формата сохранения, для последующего формирования статистической и аналитической отчетности.

При освоении программы курса и для достижения поставленных целей преподавания реализуются различные сочетания видов учебной работы с методами и формами активизации познавательной деятельности слушателей для достижения запланированных результатов обучения: дистанционное обучение на платформе, доступ к которой предоставлен учебным центром (презентации лекционного материала, промежуточный контроль, итоговое тестирование), совместное изучение практического материала путем организации вебинаров, самостоятельная работа слушателя с интернет-ресурсами, дополнительной литературой по данной программе и методическими пособиями.

Самостоятельная работа, направленная на углубление и закрепление знаний, а также развитие практических умений заключается в:

- работе слушателей с лекционным материалом и видеороликами;
- поиск и анализ литературы и электронных источников информации по заданной теме из библиотеки ресурсов;
- выполнение заданий разнообразного характера (тренировочных тестов и т. п.);
- выполнение индивидуальных заданий.

### **3.2. Материально-техническое обеспечение**

Материально-технические условия реализации образовательной программы включают: наличие классной аудитории, виртуальных классных аудиторий, программного обеспечения для прослушивания аудиозаписей и воспроизведения учебного видео, библиотеки, облачного хранилища для дополнительных материалов, интерактивные платформы.

Особое значение для решения задач курса имеет комплексное применение технических средств обучения и дистанционных образовательных технологий. Использование видео – и аудиоматериалов создает условия и максимальную наглядность для освоения материала и самостоятельной работы слушателей в аудитории и дома, стимулирует нестандартные формы учебного процесса. Внедрение дистанционных образовательных технологий в практику преподавания представляется в настоящее время одним из важнейших аспектов совершенствования учебного процесса, обогащения арсенала методических средств и приемов. Самостоятельная работа слушателей с техническими средствами обучения повышает эффективность обучения.

Для успешного освоения образовательной программы дистанционно обучающийся должен иметь следующее материально-техническое обеспечение: персональный компьютер с камерой, наушниками, микрофоном и доступом к сети Интернет. Технически СЭО ЗКЛ представляет собой веб-приложение (сайт), которое устанавливается на сервер, а пользователи работают с ним через любой веб-браузер, например, с помощью Firefox, Chrome или Internet Explorer. Слушателям и преподавателям не нужно ничего дополнительно устанавливать на свои устройства. Они просто открывают веб-браузер,

вводят адрес, авторизуются и работают. Точно так же, как с Facebook, Яндекс.Почтой и т. п. С системой можно работать через Интернет из любой точки мира. Система является централизованной, то есть все обновления материалов, сделанные преподавателями, а также вся активность слушателей мгновенно отображаются в системе.

Все технические работы по обслуживанию и обновлению системы выполняются только на сервере. На компьютерах пользователей никаких работ проводить не потребуется.

### Перечень материалов

Наименования учебных материалов	Единица измерения	Количество
<b>Оборудование</b>		
Тренажер-манекен взрослого пострадавшего с контроллером для отработки приемов сердечно-легочной реанимации	комплект	1
Расходный материал для тренажера (гигиеническая лицевая маска, салфетки нетканые, одноразовые для проведения искусственного дыхания)	комплект	1
Носилки спасательные жесткие (спинальный щит)	комплект	1
Спасательный жилет	шт.	по количеству слушателей
Спасательный круг	шт.	1
Спасательный багор	шт.	1
Метательная верёвка конструкции Александра	комплект	1
Радиостанция	комплект	3
Бинокль	шт.	1
Стационарная мультимедийная система громкоговорящей связи	комплект	1
<b>Расходные материалы</b>		
Аптечки первой помощи (автомобильная, для оказания первой помощи работникам)	комплект	10
Табельные средства для оказания первой помощи: устройства для проведения искусственного дыхания различных моделей, кровоостанавливающие жгуты, перевязочные средства	комплект	1
<b>Учебно-наглядные пособия</b>		
Учебные пособия по первой помощи пострадавшим	комплект	1
Учебные фильмы по методам и способам спасения пострадавших и оказанию первой помощи	шт.	8
Наглядные пособия (слайды, плакаты): способы остановки кровотечения, сердечно-легочная реанимация, оптимальные положения и т. п.	комплект	1
<b>Технические средства обучения</b>		
Мультимедийный проектор	шт.	1
Экран для демонстрации учебных фильмов	шт.	1
Персональный компьютер (ноутбук)	шт.	1

### 3.3. Кадровое обеспечение

Кадровые условия реализации программы обеспечивают её реализацию в полном объёме, обеспечивают надлежащее качество подготовки обучающихся, соответствие применяемых форм, средств и методов обучения особенностям уровня стартовой подготовки, интересам и потребностям обучающихся.

Преподаватели, реализующие образовательную программу, удовлетворяют квалификационным требованиям Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, утвержденного Приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26.08.2010 № 761н (раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования»).

### 3.4. Учебно-методическое и информационное обеспечение

Доступ к библиотеке ресурсов СДО (содержимому ЭБС «ЛАНЬ»)

1. Попова Г. А., Кадычникова Н. И., Кошкина Н. А. Первая помощь при травмах, 2019 г. - ЭБС ЛАНЬ;
2. Корик В. Е., Жидков С. А., Богдан В. Г. Военно-полевая хирургия, 2017 г. – ЭБС ЛАНЬ;
3. Борисова С. Ю. Терминальные состояния. Алгоритм проведения базовой (элементарной) сердечно-лёгочной реанимации в условиях дефицита времени, 2021 г. - ЭБС ЛАНЬ;
4. Гайдар Б. В. Боевые ожоговые поражения, 2019 г. - ЭБС ЛАНЬ;
5. Техтереков С. А. Выживание в природной среде, 2019 - ЭБС ЛАНЬ;
6. Приказ Минтруда России № 862н от 07.12.2020 г. об утверждении Профессионального стандарта «Спасатель на акватории»;
7. Коллекция «ЭБС ЛАНЬ», которая включает в себя научные издательства и нормативно-правовые документы, формирующие законодательную базу системы аварийно-спасательного обеспечения, основ оказания первой помощи:
  - Федеральный закон от 22.08.1995 № 151-ФЗ «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей».
  - Порядок оказания первой помощи, утвержденный Приказом Минздрава России Минздрава России от 3 мая 2024 г. № 220н.
  - Федеральный закон от 21.11.2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» Федеральный закон от 10.01.2002 № 7-ФЗ (ред. от 04.08.2023) «Об охране окружающей среды».
  - Положение о подготовке граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 18.09.2020 № 1485.
8. Учебное пособие. Владимир Юрьевич Давыдов. Безопасность на воде и оказание помощи пострадавшим.