

Министерство ГОЧС Приморского края

**КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ПО ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЕ, ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ  
СИТУАЦИЯМ И ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИМОРСКОГО КРАЯ»**

СОГЛАСОВАНО

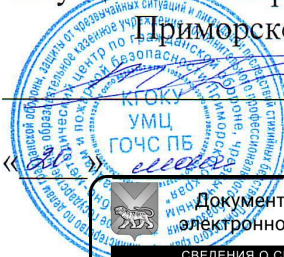
Главный внештатный специалист  
по первой помощи Министерства  
здравоохранения Приморского края

Т.Н. Журавко

«20» сентября 2026 года

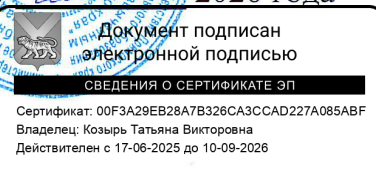
УТВЕРЖДАЮ

Директор краевого  
государственного образовательного  
казенного учреждения дополнительного  
профессионального образования  
«Учебно-методический центр по  
гражданской обороне, чрезвычайным  
ситуациям и пожарной безопасности  
Приморского края»



Т.В. Козырь

«сентября» 2026 года



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа**

**«Оказание первой помощи  
в чрезвычайных ситуациях»  
(16 часов)**

Протокол заседания Педагогического совета

№ 3 от «20» сентября 2026 года

г. Владивосток  
2026

## I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Оказание первой помощи в чрезвычайных ситуациях» краевого государственного образовательного казенного учреждения дополнительного профессионального образования «Учебно-методический центр по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности Приморского края» (далее – Программа) разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»,

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

- приказа Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03.05.2024 № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 31.05.2024 г, регистрационный № 78363),

- приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Программа разработана на основе Учебно-методического комплекса по первой помощи, разработанного Министерством здравоохранения Российской Федерации совместно с профильным сообществом по направлению «Первая помощь» (№ 30-2/И/2-1717 от 05.02.2026).

Целью данной Примерной программы является формирование у обучающихся готовности к оказанию первой помощи, включающей в себя следующие ключевые компетенции:

- способность выявлять состояния, при которых оказывается первая помощь;

- способность выполнять мероприятия по оказанию первой помощи в правильной последовательности.

Программа раскрывает рекомендуемую последовательность изучения тем, а также распределение учебных часов по темам.

Программа предусматривает достаточный для формирования, закрепления и развития практических навыков и компетенций объем практики.

## **II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Результатом освоения Программы является формирование у обучающихся ключевых компетенций по оказанию первой помощи:

- способность выявлять состояния, при которых оказывается первая помощь (К1);

- способность выполнять мероприятия по оказанию первой помощи (К2) в правильной последовательности.

Для формирования компетенции К1 обучающиеся должны знать:

- организационно-правовые аспекты оказания первой помощи;
- состояния, при которых оказывается первая помощь;
- перечень мероприятий по оказанию первой помощи и последовательность их проведения;
- приоритетность оказания первой помощи;
- признаки отсутствия сознания;
- признаки остановки дыхания и кровообращения;
- признаки нарушения проходимости дыхательных путей инородным телом и иных угрожающих жизни и здоровью нарушений дыхания;
- правила проведения обзорного осмотра и признаки наружных кровотечений;
- правила проведения подробного осмотра пострадавшего на наличие травм, ранений и поражений;
- признаки травм, ранений и поражений, вызванных механическими,

химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения;

- признаки отравлений, укусов или ужаливания ядовитых животных;
- признаки судорожного приступа, сопровождающегося потерей сознания;
- проявления острых психологических реакций на стресс.

Для формирования компетенции К1 обучающиеся должны уметь:

- оценивать количество пострадавших;
- проводить обзорный осмотр пострадавшего для выявления продолжающегося наружного кровотечения;
- определять признаки кровопотери;
- определять наличие сознания у пострадавшего;
- определять наличие дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;
- проводить подробный осмотр и опрос (при наличии сознания) пострадавшего для выявления признаков травм, ранений, отравлений, укусов или ужаливаний ядовитых животных, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью: головы, шеи, груди, спины, живота и таза, конечностей;
- осуществлять контроль состояния пострадавшего (наличие сознания, дыхания, кровообращения и отсутствие наружного кровотечения).

Для формирования компетенции К2 обучающиеся должны знать:

- факторы, представляющие непосредственную угрозу для собственной жизни и здоровья, жизни и здоровья пострадавшего (пострадавших) и окружающих лиц способы перемещения пострадавших;
- правила обеспечения собственной безопасности, в том числе с использованием средств индивидуальной защиты (перчатки медицинские, маска медицинская);
- правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных

служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь;

- правила оказания первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения;

- правила оказания первой помощи при нарушении проходимости дыхательных путей инородным телом и иных угрожающих жизни и здоровью нарушениях дыхания;

- правила оказания первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения;

- правила оказания первой помощи при отравлениях, укусах или ужаливаниях ядовитых животных;

- правила оказания первой помощи при судорожном приступе, с потерей сознания;

- правила оказания первой помощи при острых психологических реакциях на стресс.

Для формирования компетенции К2 обучающиеся должны уметь:

- устранять факторы, представляющие непосредственную угрозу для жизни и здоровья пострадавшего (пострадавших), а также участников оказания первой помощи и окружающих лиц, в том числе предотвращать дополнительное травмирование пострадавшего (пострадавших);

- информировать пострадавшего и окружающих о готовности оказывать первую помощь, а также о начале проведения мероприятий по оказанию первой помощи;

- устранять воздействие повреждающих факторов на пострадавшего;

- извлекать пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест, и перемещать его в безопасное место;

- обеспечивать проходимость дыхательных путей при их закупорке инородным телом;

- выполнять временную остановку наружного кровотечения: прямое

давление на рану, наложение давящей повязки, наложение кровоостанавливающего жгута;

- восстанавливать проходимость дыхательных путей запрокидыванием головы с подъемом подбородка;

- призывать окружающих (при их наличии) для содействия оказанию первой помощи, вызывать скорую медицинскую помощь, другие специальные службы, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь;

- проводить сердечно-легочную реанимацию;

- использовать автоматический наружный дефибриллятор при его наличии;

- поддерживать проходимость верхних дыхательных путей приданием устойчивого бокового положения; запрокидыванием и удержанием запрокинутой головы пострадавшего с подъемом подбородка;

- выполнять мероприятия по оказанию первой помощи пострадавшему в зависимости от характера травм, ранений, отравлений, укусов или ужаливаний ядовитых животных, поражений, вызванных механическими, химическими, электрическими, термическими поражающими факторами, воздействием излучения, и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью:

- накладывать окклюзионную (герметизирующую) повязку на грудную клетку;

- промывать желудок путем приема воды и вызывания рвоты;

- применять охлаждение,

- применять термоизоляцию и согревание;

- накладывать повязки на различные участки тела;

- проводить иммобилизацию (обездвиживание) с использованием медицинских изделий или подручных средств; аутоиммобилизацию или обездвиживание руками травмированных частей тела, для обезболивания и предотвращения осложнений;

- предотвращать дополнительное травмирование головы при судорожном приступе с потерей сознания;

- придавать и поддерживать оптимальное положение тела пострадавшего;
- осуществлять контроль состояния пострадавшего;
- оказывать пострадавшему психологическую поддержку;
- передавать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или иными нормативными правовыми актами.

### **III. ОРГАНИЗАЦИЯ ОБУЧЕНИЯ**

К обучению по Программе допускаются лица, достигшие 18 лет, и старше, без требований к уровню образования.

Обучение по Программе может осуществляться по очной и очно-заочной формам с использованием дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Форму обучения определяет директор краевого государственного образовательного казенного учреждения дополнительного профессионального образования «Учебно-методический центр по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности Приморского края» (далее – УМЦ ГОЧС) в зависимости от уровня подготовленности обучаемых, имеющейся учебной материальной базы.

Для повышения эффективности обучения возможно проведение входного тестирования обучаемых. Входное тестирование проводится в целях определения исходного уровня подготовки обучаемых в области оказания первой помощи в чрезвычайных ситуациях. На основании результатов тестирования вырабатываются индивидуальные рекомендации обучаемым, а также может уточняться расписание занятий.

Зачисление на обучение проводится на основании личных заявлений слушателей и оформляется соответствующим приказом директора УМЦ ГОЧС.

Рекомендуемое количество обучаемых в группе - 25 человек. Для проведения практических занятий допускается учебную группу делить на подгруппы численностью 12 - 13 человек.

Обучение по Программе предусматривает следующие виды учебных занятий: лекции, практические занятия. Виды учебных занятий определяются с учетом содержания Программы.

Продолжительность ежедневных учебных занятий с преподавателем 8 академических часов продолжительностью по 45 минут.

Оценка качества освоения Программы осуществляется проведением текущего контроля, промежуточной аттестации в форме формализованного наблюдения за выполнением практических работ с использованием метода фронтального опроса или индивидуального тестирования, а также итоговой аттестации.

Лица, получившие по итогам промежуточной аттестации неудовлетворительную оценку, к итоговой аттестации не допускаются.

Допуск слушателей к итоговой аттестации оформляется приказом директора УМЦ ГОЧС. Итоговая аттестация является обязательной для всех слушателей, завершивших обучение по Программе, и проводится аттестационной комиссией, утвержденной приказом директора УМЦ ГОЧС.

Итоговая аттестация проводится со слушателями лично и состоит из этапов: проверка теоретических знаний (тестовый контроль, собеседование) и оценка практических навыков.

Тестовый контроль засчитывается:

с оценкой – «зачет», если соискатель правильно ответил не менее чем на 75% тестовых заданий;

с оценкой – «незачет», если соискатель правильно ответил менее чем на 75% тестовых заданий.

На собеседовании оценивается умение обучающегося анализировать информацию и принимать по ней соответствующее решение.

Уровень подготовки слушателей оценивается в виде:

положительный результат итоговой аттестации – зачет;

отрицательный результат итоговой аттестации – незачет.

Лицам, успешно освоившим Программу и прошедшим итоговую

аттестацию, выдаются свидетельства установленного образца.

УМЦ ГОЧС организует индивидуальный учет результатов освоения обучающимися Программы, а также хранение в архивах информации об этих результатах на бумажных и (или) электронных носителях.

Директор УМЦ ГОЧС имеет право, при необходимости, включать в содержание тем новые вопросы, перераспределять учебное время на изучение отдельных тем, исходя из степени подготовленности обучаемых, уточнять формы и методы проведения занятий, а также последовательность изучения тем, без сокращения общего количества часов.

Программа подлежит ежегодной корректировке путем рассмотрения и утверждения на заседании Педагогического совета УМЦ ГОЧС.

#### IV. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Продолжительность обучения: 16 учебных часов

Режим занятий: 8 учебных часов в день

#### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименования тем	Количество часов			Форма контроля
		Всего	в том числе		
			Теоретические занятия	Практические занятия	
1.	Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	2	2	-	-
2.	Оказание первой помощи при наружных кровотечениях	4	2	2	Текущий контроль в форме формализованного наблюдения за выполнением практических работ

3.	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	4	2	2	Текущий контроль в форме формализованного наблюдения за выполнением практических работ
4.	Оказание первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, прочих состояниях	4	2	2	Текущий контроль в форме формализованного наблюдения за выполнением практических работ
5.	Итоговый контроль	2	-	2	Итоговая аттестация*
Итого:		16	8	8	

\* Решение ситуационных задач в режиме реального времени по оказанию первой помощи пострадавшим с различными повреждениями (травмами, потерей сознания, отсутствием признаков и жизни и с другими состояниями, требующими оказания первой помощи). В процессе решения задач преподаватель (инструктор) оценивает качество теоретических знаний, практических умений и навыков у обучающихся.

### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Неделя обучения	1	2	3	4	5	6	7	Итого часов
	пн.	вт.	ср.	чт.	пт.	сб.	вс.	
1 неделя	8	6 2 Атт						16
Атт - итоговая аттестация								

### V. СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ ЗАНЯТИЙ

#### Тема 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи.

*Теоретическое занятие по теме 1.*

Организация оказания первой помощи в Российской Федерации.

Нормативно-правовая база, определяющая права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи.

Современные аптечки, укладки, комплекты и наборы средств и устройств, используемые для оказания первой помощи. Основные компоненты, их назначение.

Порядок оказания первой помощи.

Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.

Перечень мероприятий по оказанию первой помощи и последовательность их выполнения.

Обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи.

Простейшие меры профилактики инфекционных заболеваний при оказании первой помощи.

Способы извлечения пострадавших из труднодоступных мест и их перемещения в безопасное место.

Приоритетность оказания первой помощи.

Основные правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь.

## **Тема 2. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях**

*Теоретическое занятие по теме 2.*

Кровотечение, признаки кровопотери.

Признаки наружного кровотечения. Обзорный осмотр пострадавшего.

Способы временной остановки наружного кровотечения.

Прямое давление на рану.

Наложение давящей повязки. Особенности наложения давящей повязки при наличии инородного тела в ране.

Наложение кровоостанавливающего жгута.

Последовательность выполнения мероприятий по остановке кровотечения.

Остановка кровотечения при ранении головы.

Остановка кровотечения при ранении шеи.

Остановка кровотечения при ранении груди и спины.

Остановка кровотечения при ранении живота и таза.

Остановка кровотечения при ранении конечностей.

Остановка кровотечения при ранении смежных зон.

*Практическое занятие по теме 2.*

Отработка проведения обзорного осмотра пострадавшего.

Отработка последовательности и приемов временной остановки наружного кровотечения при ранении головы, шеи, груди, спины, живота, конечностей и смежных зон с помощью прямого давления на рану.

Отработка наложения давящей повязки при ранении головы, груди, спины, живота, конечностей и смежных зон.

Отработка приемов наложения табельных и импровизированных кровоостанавливающих жгутов разных конструкций при ранении конечностей.

Отработка приемов наложения давящей повязки с фиксацией инородного предмета в ране живота, груди, спины, конечностей.

### **Тема 3. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения.**

*Теоретическое занятие по теме 3.*

Причины нарушения дыхания и кровообращения.

Признаки жизни и правила их определения.

Последовательность и техника проведения сердечно-легочной реанимации.

Прекращение сердечно-легочной реанимации.

Ошибки и осложнения, возникающие при выполнении реанимационных мероприятий.

Особенности сердечно-легочной реанимации у детей.

Использование автоматического наружного дефибриллятора (при его наличии).

Поддержание проходимости дыхательных путей.

Нарушение проходимости верхних дыхательных путей, вызванное инородным телом. Особенности оказания первой помощи тучному пострадавшему, беременной женщине и ребёнку.

Первая помощь при иных угрожающих жизни и здоровью нарушениях дыхания.

*Практическое занятие по теме 3.*

Отработка последовательности выполнения реанимационных мероприятий.

Оценка обстановки на месте происшествия.

Отработка навыков определения сознания у пострадавшего.

Отработка приёмов восстановления проходимости верхних дыхательных путей.

Оценка признаков жизни у пострадавшего.

Отработка вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб.

Отработка приёмов давления руками на грудину пострадавшего.

Отработка приёмов искусственного дыхания «рот ко рту», «рот к носу», с применением устройств для искусственного дыхания.

Отработка приёма перевода пострадавшего в устойчивое боковое положение.

Отработка применения автоматического наружного дефибриллятора.

Отработка приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей пострадавшего.

**Тема 4. Оказание первой помощи при травмах, ранениях и поражениях, прочих состояниях.**

*Теоретическое занятие по теме 4.*

Цель, последовательность и техника подробного осмотра и опроса пострадавшего.

Основные состояния, с которыми может столкнуться участник оказания первой помощи.

Травмы головы.

Травмы шеи.

Травмы груди и спины. Особенности наложения повязок при травме груди, наложение окклюзионной (герметизирующей) повязки.

Травмы живота и таза. Особенности наложения повязок на рану при выпадении органов брюшной полости.

Травмы конечностей.

Травмы позвоночника.

Поражения, вызванные термическими факторами.

Поверхностные и глубокие термические ожоги.

Ожог верхних дыхательных путей.

Перегревание.

Отморожение.

Переохлаждение.

Поражения, вызванные химическими факторами.

Поражения, вызванные электрическими факторами.

Воздействие излучения.

Отравления.

Укусы и ужаливания ядовитых животных.

Судорожный приступ с потерей сознания.

Помощь пострадавшему в принятии лекарственных препаратов.

Придание и поддержание оптимального положения тела пострадавшего.

Контроль состояния пострадавшего.

Психологическая поддержка пострадавшего.

Транспортировка пострадавшего.

Передача пострадавшего выездной бригаде скорой медицинской помощи, медицинской организации, специальным службам.

*Практическое занятие по теме 4.*

Проведение подробного осмотра пострадавшего.

Отработка наложения окклюзионной (герметизирующей) повязки при ранении грудной клетки.

Отработка приемов наложения повязок при наличии инородного предмета в ране живота, груди, спины, конечностей.

Отработка приёмов первой помощи при переломах. Иммобилизация (подручными средствами, аутоиммобилизация, с использованием медицинских изделий, обездвиживание руками травмированных частей тела).

Отработка приемов фиксации шейного отдела позвоночника.

Отработка приемов наложения повязок при ожогах различных областей тела. Применение местного охлаждения.

Отработка приемов наложения термоизолирующей повязки при отморожениях.

Отработка приемов придания оптимального положения тела пострадавшему при отсутствии сознания, травмах различных областей тела, значительной кровопотере.

Отработка приемов экстренного извлечения пострадавшего из труднодоступного места, отработка основных приёмов (пострадавший в сознании, пострадавший без сознания).

Отработка приемов перемещения пострадавших на руках одним, двумя и более участниками оказания первой помощи. Отработка приемов перемещения пострадавших с травмами головы, шеи, груди, спины, живота, таза, конечностей и позвоночника.

Отработка приемов оказания психологической поддержки пострадавшим при различных острых стрессовых реакциях. Способы самопомощи в экстремальных ситуациях.

**Тема 5. Итоговый контроль.**

*Практическое занятие по теме 5.*

Проводится в форме решения ситуационных задач с использованием наглядных пособий и условных пострадавших.

## VI. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Организационно-педагогические условия реализации Программы должны обеспечивать качество подготовки обучающихся, соответствие применяемых форм, средств и методов обучения возрастным и психофизиологическим особенностям и потребностям обучающихся.

Обучение проводится в оборудованных учебных кабинетах с использованием учебно-материальной базы, соответствующей установленным требованиям.

Лица, осуществляющие обучение по Программе, должны иметь высшее или среднее образование и подготовку по программе повышения квалификации по подготовке преподавателей первой помощи.

Материально-технические условия реализации Программы:

### Перечень материалов

Наименования учебных материалов	Единица измерения	Количество
<b>Оборудование</b>		
Тренажер-манекен взрослого пострадавшего для отработки приемов сердечно-легочной реанимации	комплект	1
Тренажер-манекен взрослого или жилет для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей	комплект	1
Расходный материал для тренажеров	комплект	1
Набор имитаторов травм и повреждений	комплект	1
Автоматический наружный дефибриллятор (учебный) *	комплект	1
<b>Расходные материалы</b>		
Аптечки для оказания первой помощи	шт.	10
Табельные средства для оказания первой помощи: устройства для проведения искусственного дыхания различных моделей,	комплект	1

кровоостанавливающие жгуты, перевязочные средства		
<b>Учебно-наглядные пособия</b>		
Учебные пособия по первой помощи пострадавшим	комплект	1
Учебный фильм по первой помощи	шт.	1
Наглядные пособия (слайды, плакаты)	комплект	1
<b>Технические средства обучения</b>		
Мультимедийный проектор	шт.	1
Проекционный экран	шт.	1
Персональный компьютер (ноутбук)	шт.	1

\* - включается в перечень опционально.

## **VII. СИСТЕМА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ**

Проверка теоретических знаний проводится по темам:

- «Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи»;
- «Оказание первой помощи при наружных кровотечениях»;
- «Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения»;
- «Оказание первой помощи при травмах, ранениях, поражениях и прочих состояниях».

Оценка практических умений и навыков заключается в решении ситуационных задач по темам:

- «Оказание первой помощи при наружных кровотечениях»;
- «Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения»;
- «Оказание первой помощи при травмах, ранениях, поражениях и прочих состояниях».

## **VIII. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

- Федеральный закон от 21.11.2011 № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»,

- приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03.05.2024 № 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 31.05.2024 г, регистрационный № 78363).