

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 1 из 16

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ДПО
«Московский учебно-спортивный центр»
Москомспорта

_____ Н.В. Масягина
«___» _____ 2018 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
(повышения квалификации)

«ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ И СПАСЕНИЕ УТОПАЮЩИХ»

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

Вид профессиональной деятельности: подготовка спортсменов (05.003)

Уровень квалификации: бакалавриат, специалитет

Трудоемкость: 36 часов

Срок обучения: 1 неделя

Форма обучения: очная

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 2 из 16

Программа разработана в соответствии с требованиями приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам», и Методических рекомендаций по разработке основных профессиональных образовательных программ и дополнительных профессиональных программ с учетом соответствующих профессиональных стандартов, утвержденными Министерством образования и науки Российской Федерации 22 января 2015 г. № ДЛ-1/05вн.

Содержание программы соответствует требованиям ГОСТ 12.0.004-2015. Межгосударственный стандарт. Система стандартов безопасности труда. Организация обучения безопасности труда. Общие положения, утвержденным приказом Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии от 9 июня 2016 г. № 600-ст межгосударственный стандарт ГОСТ 12.0.004-2015.

Содержание программы учитывает требования профессионального стандарта «Тренер», утвержденного приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 7 апреля 2014 г. № 193н и Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки **49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриат)**, утвержденного, приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 7 августа 2014 г. № 935.

Программа прошла экспертизу в Научно-методическом совете ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта «15» января 2018 г. Протокол № 1, и рекомендована к использованию.

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 3 из 16

1. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Связь образовательной программы «Обеспечение безопасности на воде и спасение утопающих» с профессиональным стандартом

Наименование выбранного профессионального стандарта					
«Тренер»					
Обобщенные трудовые функции			Трудовые функции		
код	наименование	уровень квалификаци и	наименование	код	уровень (подуровень) квалификаци и
1	2	3	4	5	6
A	Осуществление тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе	5	Проведение занятий по общей физической подготовке обучающихся	A/01.5	5
B	Осуществление тренировочного процесса на этапе начальной подготовки	5	Обучение основам техники двигательных действий (по виду спорта, спортивным дисциплинам)	B/02.5	5
C	Осуществление тренировочного процесса, руководство состязательной деятельностью спортсменов на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации)	5	Формирование разносторонней общей и специальной физической, технико-тактической подготовленности, соответствующей специфике вида спорта	C/02.5	5
D	Проведение тренировочных мероприятий и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства	6	Совершенствование специальных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма спортсменов	D/02.6	6
E	Проведение тренировочных	6	Подготовка спортсменов к достижению результатов	E/01.6	6

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 4 из 16

Наименование выбранного профессионального стандарта

«Тренер»

Обобщенные трудовые функции			Трудовые функции		
код	наименование	уровень квалификаци и	наименование	код	уровень (подуровень) квалификаци и
	мероприятий и осуществление руководства состязательной деятельностью спортсменов на этапе высшего спортивного мастерства		уровня сборных команд России		
F	Подготовка спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	6	Осуществление тренировочного процесса со спортсменами спортивной сборной команды субъекта Российской Федерации (по виду спорта, спортивной дисциплине)	F/01.6	6

1.2. Цель реализации программы

Цель – совершенствование профессиональных компетенций слушателей, позволяющих им осуществлять профессиональную деятельность соблюдая безопасные условия организации занятий физической культурой и спортом на воде (в бассейне, на открытом водоеме), проводить спасательные мероприятия на воде с пострадавшими и оказывать им первую помощь.

1.3. Совершенствуемые компетенции

№ п/п	Наименование профессиональных и общепрофессиональных компетенций (ПК и ОПК)	Код компетенций в соответствии с ФГОС ВО 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриат)
1	2	3
1.	Способность обеспечивать в процессе профессиональной деятельности соблюдение требований безопасности, санитарных и гигиенических правил и норм, проводить профилактику травматизма, оказывать первую доврачебную помощь	ОПК-7

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 5 из 16

1.4. Планируемые результаты обучения

№ п/п	Умения и знания, осваиваемые в рамках программы, с учетом требований профессионального стандарта «Тренер»	Код компетенций в соответствии с ФГОС ВО 49.03.01 Физическая культура (уровень бакалавриат)
1	2	3
1	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – правила, инструкции и другие документы, обеспечивающие соблюдение техники безопасности при проведении занятий на воде; – права и обязанности тренера по оказанию первой помощи утопающим; – состояния, при которых оказывается первая помощь утопающим, ее основные мероприятия; – последовательность действий тренера на месте происшествия с наличием пострадавших (в зависимости от их состояния); – назначение и порядок использования индивидуальных спасательных средств; – внешние факторы, создающие опасности при проведении занятий на воде. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выявлять своевременно угрозы и степень опасности внешних и внутренних факторов и организовывать безопасное пространство для занимающихся спортсменами; – проводить спасательные мероприятия на воде; – применять различные способы оказания помощи на воде в зависимости от состояния пострадавшего спортсмена; – грамотно и оперативно информировать работников скорой медицинской помощи и иных экстренных служб о происшествии, передавать пострадавшего медицинским работникам скорой помощи. 	ОПК-3

1.5. Категория слушателей:

- тренеры и инструкторы-методисты, имеющие высшее образование по направлению подготовки Физическая культура (бакалавриат или специалитет) и работающие со спортсменами на всех этапах спортивной подготовки;
- лица, получающие высшее образование по направлению подготовки Физическая культура (бакалавриат).

г. Москва 2018 год	Индекс дела хранения 07.01-10	Срок хранения документа Пост.	Статья по перечню № 711а
-----------------------	----------------------------------	----------------------------------	-----------------------------

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 6 из 16

1.6. Форма обучения: очная.


1.7. Режим аудиторных занятий: 6-8 часов в день.

1.8. Срок освоения программы: 1 неделя.

1.9. Трудоемкость программы: 36 часов, в том числе:

- обязательных учебных занятий 20 часов (в т.ч. итоговая аттестация 2 ч.);
- самостоятельной работы слушателя 16 часов.

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ		
	Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования города Москвы «Московский учебно-спортивный центр» Департамента спорта и туризма города Москвы (ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)	
Система менеджмента качества Учебно-методическая документация Программа повышения квалификации	Регистрационный № документа	СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64 страница 7 из 16

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование тем	Аудиторные занятия, час.			Внеаудиторные занятия, час.			Вид и формы текущего контроля и итоговой аттестации	Общая трудоемкость (гр. 3 + гр. 6)
		всего, час. (гр. 4 + гр. 5)	в т.ч.		всего, час. (гр. 7 + гр. 8)	в т.ч.			
			лекции	практические и семинарские занятия		самостоятельная работа, час.	консультаций при выполнении самостоятельной работы (при наличии), час.		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Тема: Нормативное обеспечение в части организации занятий на воде в учреждениях физической культуры и спорта. Требования и правила организации занятий в бассейне и на открытых водоемах.	2	2	-	4	4	-	-	6
2.	Тема: Техника спасения утопающих.	8	-	8	6	6	-	ПТЗ	14
3.	Тема: Базовые навыки оказания первой помощи при утоплении.	8	2	6	6	6	-	-	14
Итоговая аттестация		2	-	2	-	-	-	3	2
ИТОГО:		20	4	16	16	16	-	-	36

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 8 из 16

2.2. Календарный учебный график

Наименование тем	Виды учебных занятий, учебных работ	№ учебного дня					Всего часов
		1	2	3	4	5	
1	2	3	4	5	6	7	8
Тема 1. Требования и правила организации занятий в бассейне и на открытых водоемах.	аудиторные занятия	Л ²	-	-			2
	внеаудиторные занятия	СР ²	-	СР ²	-	-	4
Тема 2. Техника спасения утопающих.	аудиторные занятия	ПЗ ⁴	-			ПЗ ⁴	8
	внеаудиторные занятия	-	-	-	СР ⁶	-	6
Тема 3. Базовые навыки оказания первой помощи при утоплении.	аудиторные занятия	-	Л ² ПЗ ⁶ ПТЗ	-	-	-	8
	внеаудиторные занятия	-	-	СР ⁶	-	-	6
Итоговая аттестация		-	-	-	-	З ²	2
Всего часов в день/в неделю обязательной учебной нагрузки		6	8	-	-	6	20
Всего часов в день/в неделю самостоятельной работы слушателей (СР)		2	-	8	6	-	16
Всего часов в день/в неделю		8	8	8	6	6	36

2.3. Содержание программы

№ темы и ее наименование	Виды учебных занятий, учебных работ, кол-во часов	Содержание
1	2	3
Тема 1. Требования и правила организации занятий в бассейне и на открытых водоемах.	Лекция (2 часа)	Основы организации работы бассейна. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды в соответствии с СанПиНом 2.1.2.1188-03. Регламентация работы бассейна. Нормы единовременной максимальной загрузки бассейна. Основные требования предъявляемые к обеспечению безопасности при проведении занятий в бассейне. Типовые правила проведения занятий в бассейне. Основные гигиенические требования к открытым

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 9 из 16

№ темы и ее наименование	Виды учебных занятий, учебных работ, кол-во часов	Содержание
1	2	3
		водоемам. Основные требования предъявляемые к обеспечению безопасности при проведении занятий в открытых водоёмах. Типовые правила проведения занятий в открытых водоёмах.
	Самостоятельная работа (4 часа)	Ознакомиться с правилами безопасности при проведении занятий в бассейне и на открытом водоеме.
Тема 2. Техника спасения утопающих.	Практическое занятие (2 часа)	Ознакомление со средствами спасания на воде. Индивидуальные спасательные средства, назначение, требования к ним. Работа со спасательным кругом.
	Практическое занятие (2 часа)	Основные приемы спасения утопающих. Виды захватов, буксировок тонущего. Способы освобождения от захватов тонущего.
	Практическое занятие (2 часа)	Спасение пострадавших, находящихся на дне бассейна и открытого водоема.
	Практическое занятие (2 часа)	Выполнение нормативов по подачи спасательного круга на дальность и точность.
	Самостоятельная работа (6 часов)	Изучить литературу и просмотреть видео ролики «Спасение на воде»: при организации занятий с детьми и подростками в бассейне и на открытом водоеме.
Тема 3. Базовые навыки оказания первой помощи при утоплении.	Лекция (2 часа)	Нормативно-правовая база, определяющая права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи. Требования Федерального законодательства к тренерам по оказанию первой помощи. Нормативно-правовые основы оказания первой помощи. Организация оказания первой помощи в РФ. Требования безопасности при оказании спортивных услуг. Нормативно-правовая база, определяющая права, обязанности и ответственность при оказании первой помощи. Требования Федерального законодательства к тренерам по оказанию первой помощи.

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 10 из 16

№ темы и ее наименование	Виды учебных занятий, учебных работ, кол-во часов	Содержание
1	2	3
		Нормативно-правовые основы оказания первой помощи. Организация оказания первой помощи в РФ. Требования безопасности при оказании спортивных услуг.
	Практическое занятие (2 часа)	Порядок действий при оказании первой помощи пострадавшему. Оценка опасности сложившейся ситуации для проведения спасательных мероприятий и меры безопасности при проведении первой помощи. Состояния, требующие проведения реанимационных мероприятий.
	Практическое занятие (2 часа)	Первая помощь при нарушениях дыхания. Показатели нарушения дыхания, при которых необходимо проведение искусственной вентиляции легких. Техника проведения искусственной вентиляции легких (ИВЛ) различными способами («изо рта в рот» и «изо рта в нос»).
	Практическое занятие (2 часа)	Техника проведения непрямого массажа сердца. Сочетание и соотношение приемов восстановления дыхания и кровообращения в ходе проведения сердечно-легочной реанимации силами одного и двух человек. Признаки эффективности и успешного проведения реанимации, время проведения реанимации. Осложнения, возникающие при проведении сердечно-легочной реанимации. Проверка теоретических знаний - устный опрос.
	Самостоятельная работа (6 часов)	Изучить литературу и просмотреть видео ролики по основам оказания первой помощи пострадавшему при утоплении.
Итоговая аттестация	Зачет (2 часа)	Проверка практических навыков – спасение утопающих и оказание первой помощи.

3. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Формы текущего контроля

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 11 из 16

Текущий контроль проводится преподавателями, осуществляющими учебный процесс по программе, на практических занятиях посредством проверки теоретических знаний.

Методы проведения текущей аттестации: групповая и индивидуальная работа со слушателями, анализ ошибок и разбор ситуационных заданий.

3.2. Форма итоговой аттестации

Итоговая аттестация проводится в конце обучения по программе повышения квалификации (на последнем занятии) в форме зачета, посредством проверки практических навыков – спасения утопающих и оказание первой помощи.

4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

4.1. Содержание текущего контроля

Вопрос

1. Три главных признака клинической смерти?
2. Признаки биологической смерти?
3. Что включает в себя комплекс сердечно-лёгочной реанимации?
4. Прекардиальный удар наносят?
5. Оптимальное соотношение вдохов искусственной вентиляции лёгких и ритма надавливаний на грудину при реанимации одним спасателем?
7. Когда следует проводить непрямой массаж сердца?
8. Какой должен быть уровень профессиональной подготовленности обслуживающего персонала при оказании спортивных услуг?
9. Что представляет собой аналитический метод контроля качества и безопасности услуг плавательного бассейна?
10. Периодичность текущего лабораторного контроля качества воды устанавливается?
11. Как часто должны проходить периодический медицинский осмотр работники бассейнов?
12. Что должны предоставить лица, посещающие плавательный бассейн?

4.1. Содержание итоговой аттестации

1. Цель: выявить уровень практических навыков – спасение утопающих и оказание первой помощи.

2. Условия выполнения:

- 2.1. Место (время) выполнения: в бассейне во время последнего практического занятия.
- 2.2. Максимальное время выполнения заданий в воде: 2 академических часа.

3. Содержание практических заданий:

1) Спасение пострадавшего с использованием подачи спасательного круга.

Слушателю необходимо продемонстрировать технику спасения с использованием подачи

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 12 из 16

спасательного круга: для подачи спасательного круга надо взяться за него одной рукой, второй рукой взяться за леер, сделать два-три круговых размаха вытянутой рукой на уровне плеча и бросить круг плашмя в сторону пострадавшего так, чтобы он упал справа или слева от человека на расстоянии не более 0,5-2,0 м. Бросать круг прямо на утопающего не рекомендуется, так как он может ударить человека по голове или перелететь через него.

2) Спасение пострадавшего в плыв.

Слушателю необходимо продемонстрировать технику спасения в плыв: проплыть кролем до пострадавшего, подплыть к нему сзади, оказавшись за спиной пострадавшего, слушатель пропускает свою правую руку под подмышку его правой руки и, крепко захватив его руку и плечо, всплывает с ним на поверхность.

3) Приемы буксировки пострадавшего.

Слушателю необходимо продемонстрировать технику приемов буксировки пострадавшего: без закрепления рук, когда пострадавший спокойно подчиняется спасателю, и с закреплением рук - в случае сопротивления утопающего.

При буксировке за голову слушатель, вытянув руки, берет голову пострадавшего так, чтобы большие пальцы легли на щеки, а мизинцы - под нижнюю челюсть пострадавшего. Приподняв его лицо над поверхностью воды, плывя на спине и работая ногами, слушатель транспортирует утопающего к берегу.

При буксировке **с захватом под подмышки** слушатель крепко подхватывает пострадавшего под подмышки и буксирует его с помощью ног.

При буксировке **с захватом под руку** слушатель, приблизившись сзади, просовывает свою левую (правую) руку под соответствующую руку пострадавшего. Затем берет его левую (правую) руку выше локтевого сустава, прижимает человека спиной к себе и буксирует на боку в безопасное место.

При буксировке **с захватом выше локтей** слушатель обхватывает обе руки утопающего за локти, оттягивает их назад, затем просовывает свою левую (правую) руку спереди под подмышку и проводит ее за спину человека. Затем левой (правой) рукой захватывает правую (левую) руку утопающего выше локтя и сильно прижимает человека спиной к себе.

При буксировке **с захватом за волосы** или воротник слушатель, захватив рукой волосы или воротник одежды утопающего, плывет на боку, работая свободной рукой и ногами. Буксировать человека надо выпрямленной рукой поддерживая его голову над поверхностью воды так, чтобы вода не попала в дыхательные пути.

4) Освобождение от захвата.

Освобождение от захвата за кисти рук: слушатель, прежде всего определяет, как расположены большие пальцы утопающего, затем сильным рывком в сторону больших пальцев разводит ему руки. Одновременно с этим подтянув ноги к животу и упершись ими в грудь человека, он отталкивается от него, и затем резким движением разворачивает пострадавшего спиной к себе и буксирует.

Освобождение от захвата за шею спереди: слушатель, упираясь ладонью в подбородок пострадавшего большим и указательным пальцами, старается закрыть ему нос, а другой рукой в это же время обхватывает утопающего за поясницу. Затем, нажимая пальцами на нос, сильно прижимает человека к себе и резко толкает его в подбородок, сгибая в пояснице.

Освобождение от захвата за шею сзади: слушатель одной рукой захватывает пострадавшего за кисть противоположной руки, а второй поддерживает локоть. Затем, резко приподнимая локоть вверх и выворачивая кисть вниз, выскальзывает из-под рук утопающего, но захваченной руки не

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 13 из 16

отпускает, а продолжает разворачивать человека спиной к себе и буксирует его.

Освобождение от захвата за туловище через руки: слушатель, сжав кисти рук в кулаки, наносит удар большими пальцами в область ребер утопающего и приступает к буксировке.

Освобождение от захвата за туловище под руки: слушатель освобождается от захвата, утопающего тем же приемом, что и при захвате за шею сзади.

Освобождение от захвата за ноги: слушатель, одной рукой захватывает голову утопающего в области виска, а другой - подбородок (с противоположной стороны) и энергично поворачивает ее в сторону и набок до тех пор, пока не освободится. Затем, не отпуская головы утопающего, всплывает с ним на поверхность и начинает буксировку.

4. Критерии оценки:

«Зачет»	«Незачет»
слушатель может правильно оценить ситуацию и продемонстрировать правильную технику спасения утопающего на воде и оказания первой помощи пострадавшему	слушатель не может правильно оценить ситуацию, демонстрирует технику спасения утопающего на воде и оказания первой помощи пострадавшему с ошибками

5. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

5.1. Требования к квалификации педагогических кадров, представителей учреждений и организаций, обеспечивающих реализацию образовательного процесса по программе повышения квалификации


Реализация программы повышения квалификации обеспечивается научно-педагогическими работниками ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта и других образовательных организаций высшего образования и дополнительного профессионального образования, а также специалистами отрасли физической культуры и спорта, привлекаемыми к реализации программы на условиях трудового договора с почасовой оплатой труда.

Научно-педагогические работники и привлекаемые специалисты должны иметь:

- высшее образование – специалитет, магистратура, аспирантура, по направлению подготовки соответствующей преподаваемой программе повышения квалификации;
- при несоответствии направленности (профиля) образования преподаваемой программе повышения квалификации – опыт работы в области профессиональной деятельности, осваиваемой обучающимися или соответствующей преподаваемой программе повышения квалификации;
- стаж научно-педагогической работы не менее одного года, при наличии ученой степени (звания) – без предъявления требований к стажу работы;
- отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации.

К преподавателям с учеными степенями и (или) учеными званиями приравниваются лица без ученых степеней и званий, имеющие спортивные звания мастер спорта России международного класса, мастер спорта России, гроссмейстер России и/или почетные спортивные звания «Заслуженный мастер спорта России», «Заслуженный тренер России», «Почетный

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ		
	Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования города Москвы «Московский учебно-спортивный центр» Департамента спорта и туризма города Москвы (ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)	
Система менеджмента качества Учебно-методическая документация Программа повышения квалификации	Регистрационный № документа	СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64 страница 14 из 16

спортивный судья России», лауреаты государственных премий в сфере физической культуры и спорта.

5.2. Требования к материально-техническим условиям

Реализация программы предполагает наличие учебной аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий.

Оборудование и техническое оснащение учебной аудитории:

- компьютеризированное рабочее место для преподавателя;
- рабочие места для слушателей;
- мультимедийный проектор, экран;
- комплект учебно-методической, нормативно-правовой и научной литературы: учебники, книги, журналы;
- демонстрационные комплекты учебно-наглядных пособий (таблицы, рисунки, схемы, слайды);
- технические средства обучения: компьютеры, оснащенные программными пакетами Excel for Windows, Word for Windows, PowerPoint с доступом к библиотечным и сетевым источникам информации; программное обеспечение общего и профессионального назначения;
- тренажер-манекен пострадавшего «Гоша» с контролером для отработки приемов СЛР (сердечно-легочной реанимации);
- аптечки первой помощи;
- табельные средства для оказания первой помощи (устройства для проведения искусственного дыхания);
- подручные материалы, имитирующие носилки.

Оборудование и техническое оснащение бассейна:

- манекены для отработки приемов спасения на воде;
- спасательные круги;
- спасательные багры;
- метательная веревка конструкции Александрова;
- спасательные нагрудники, пояса, жилеты.

5.3. Требованиям к информационным и учебно-методическим условиям

Основная литература:

1. Гайворонский И.В., Гайворонский А.И., Ничипорук Г.И. Основы медицинских знаний (анатомия, физиология, гигиена человека и оказание первой помощи). – М.: СпецЛит, 2013. – 311 с.
2. Левчук И.П., Соков С.Л., Курочка А.В. Оказание первичной доврачебной медико-санитарной помощи при неотложных и экстремальных состояниях. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2017. – С. 288.

Дополнительная литература:

1. Буянов В.М., Нестеренко Ю.А. Первая медицинская помощь: Учебник для учащихся медицинских училищ и колледжей. – М.: Медицина, 2000. – 222 с.;
2. Погребной А.И., Маряничева И.Г. О некоторых принципах обучения плаванию. // Теория и практика физической культуры. 1999. №3.

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 15 из 16

3. Звонков А.Л. Пока едет скорая. Рассказы, которые могут спасти вашу жизнь. – М.: Эксмо-Пресс, 2015. – 368 с.
4. Крутецкая В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи. – М.: Литера, 2011. – 64 с.
5. Макнаб К. Руководство по оказанию первой помощи. – М.: Гранд-Фаир, 2002. – 336 с.
6. Оказание первой помощи пострадавшим. Экстренная психологическая помощь. – Нск.: Норматика, 2016. – 44 с.
7. Ужегов, Г.Н. Школа выживания в экстремальных условиях./ Г.Н. Ужегов. М.: Панорама, 2000. – 458 с.
8. Ужегов, Г.Н. Школа выживания в экстремальных условиях./ Г.Н. Ужегов. М.: Панорама, 2000. – 458 с.

Нормативно-правовые документы:

1. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30 декабря 2001 г. №197-ФЗ
2. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»
3. Приказ Минздравсоцразвития РФ от 4 мая 2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи»
4. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 7 апреля 2014 г. № 193н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер»
5. СанПиН 2.1.2.1188-03. 2.1.2. "Проектирование, строительство и эксплуатация жилых зданий, предприятий коммунально-бытового обслуживания, учреждений образования, культуры, отдыха, спорта. Плавательные бассейны. Гигиенические требования к устройству, эксплуатации и качеству воды. Контроль качества. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы"

Ресурсы удаленного доступа (INTERNET):

1. Библиотека международной спортивной информации [Электронный ресурс]. – 2018. – Режим доступа: <http://bmsi.ru>
2. Алгоритмы первой помощи. [Электронный ресурс]. – 2018. – Режим доступа: <http://www.rosminzdrav.ru/documents/7188-algoritmy-pervoy-pomoschi>
3. Учебное пособие для преподавателей первой помощи / Л.И. Дежурный, Г.В. Неудахин, А.Ю. Закурдаева и др. [Электронный ресурс]. – 2018. – Режим доступа: <http://www.apkpro.ru/doc/УМК%20по%20оказанию%20первой%20помощи.pdf>
4. Электронно-информационный ресурс «Все о первой помощи». [Электронный ресурс]. – 2018. – Режим доступа: URL: <http://allfirstaid.ru/>
5. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту [Электронный ресурс]. – 2018. Режим доступа: <http://uwgl.ru>
6. Сайт МЧС России [Электронный ресурс]. – 2018. Режим доступа: <http://moscow.mchs.ru>
7. Сайт «Медицина». Спасение на воде: первая помощь утопающему [Электронный ресурс]. – 2018. Режим доступа: <http://medicina.dobro-est.com/spasenie-na-vode-pervaya-pomoshh-utopayushhemu.html>

5.4. Общие требования к организации образовательного процесса

Программа повышения квалификации проводится в течение 1 недели в объеме 36 часов,

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а

ДЕПАРТАМЕНТ СПОРТА И ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ



**Государственное бюджетное учреждение дополнительного профессионального образования
города Москвы «Московский учебно-спортивный центр»
Департамента спорта и туризма города Москвы
(ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта)**

Система менеджмента качества
Учебно-методическая документация
Программа повышения квалификации

Регистрационный
№ документа

СМК УМД КР 07.01-22/ПК-36.64

страница 16 из 16

режим аудиторных занятий от 6 до 8 часов в день.

Итоговая аттестация проводится в конце обучения по программе повышения квалификации 2 часа в 5-й день обучения.

Для проведения итоговой аттестации по программе создается аттестационная комиссия. В состав аттестационной комиссии входят преподаватели, реализующие учебный процесс по программе, специалисты учреждений и организаций по профилю осваиваемой слушателями программы, ведущие преподаватели и научные работники других образовательных организаций, а также педагогические работники ГБУ ДПО «Московский учебно-спортивный центр» Москомспорта.

Решение по результатам проведения итоговой аттестации слушателей оформляется «Ведомостью итоговой аттестации».

Слушателям, успешно освоившим программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдается удостоверение о повышении квалификации.

Слушателям, не прошедшим итоговой аттестации или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительные результаты, а также лицам, освоившим часть программы и (или) отчисленным из учреждения, выдается справка об обучении или о периоде обучения по форме, самостоятельно установленной учреждением.

Технологии обучения.

В процессе обучения по программе повышения квалификации применяются следующие виды технологий – образовательные технологии, технологий развивающего и проблемного обучения.

Образовательные технологии – лекции, практические занятия, демонстрация презентаций, просмотр видеозаписей.

Самостоятельная работа.

В период освоения программы самостоятельная работа слушателей выступает в форме индивидуальной учебной деятельности, обеспечивающей качественное совершенствование профессиональных компетенций.

Самостоятельная работа должна носить систематический и непрерывный характер. Основными задачами самостоятельной работы слушателей являются:

- закрепление и углубление знаний и умений, полученных в ходе плановых учебных занятий;
- формирование навыков рефлексивной деятельности, объективное оценивание собственных учебных достижений;
- формирование умений мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
- формирование культуры умственного труда, умения работать с учебной, методической и научной литературой, с информационными ресурсами, а также развитие самостоятельности в поиске и приобретении знаний и умений, использование мультимедийных ресурсов и компьютерных технологий для обработки, передачи, систематизации информации, создания баз данных, презентации результатов познавательной и практической деятельности.

Затраты времени на выполнение самостоятельной работы не регламентируются расписанием. Режим и продолжительность работы выбирает сам слушатель в зависимости от своих способностей и конкретных условий. Слушатель, самостоятельно определяет место для проведения самостоятельной работы, например, работа, может проводиться в компьютерных классах, читальном зале библиотеки, а также в любом удобном для слушателя месте.

г. Москва	Индекс дела хранения	Срок хранения документа	Статья по перечню
2018 год	07.01-10	Пост.	№ 711а