

Воронежский институт МВД России  
Кафедра тактико-специальной подготовки

Скобелева М.В.

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

*Методические рекомендации*

Воронеж  
2018

ББК 53.5

Рассмотрены и одобрены на заседании кафедры тактико-специальной подготовки. Протокол № 8 от 14.03.2018.

Рассмотрены и одобрены на заседании методического совета института. Протокол № 8 от 16.04.2018.

Рецензенты:

Сороколетов Ю.М. – заместитель начальника госпиталя ФКУЗ «МСЧ МВД России по Воронежской области», майор внутренней службы.

Гнедnev А.В. – начальник центра государственного санитарно-эпидемиологического надзора ФКУЗ «МСЧ МВД России по Воронежской области», майор внутренней службы.

**Скобелева, Марина Васильевна.** Первая помощь: методические рекомендации [Электронный ресурс] / М.В. Скобелева. – Электр. дан. и прогр. – Воронеж: Воронежский институт МВД России, 2018. – 1 электр. опт. диск (CD-ROM): 12 см. – Систем. требования: процессор Intel с частотой не менее 1,3 ГГц; ОЗУ 512 Мб; операц. система семейства Windows; CD-ROM дисковод.

Методические рекомендации по учебной дисциплине «Первая помощь» подготовлены в соответствии с Государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 5.40.02.02 Правоохранительная деятельность на основе учебно-методических материалов кафедры тактико-специальной подготовки и предназначены для оказания помощи слушателям в изучении дисциплины.

Издание предназначено для использования слушателями 1 курса факультета заочного обучения среднего профессионального образования по специальности 5.40.02.02 Правоохранительная деятельность.

ISBN 978-5-88591-625-7

© Воронежский институт МВД России, 2018

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.....	6
СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ .....	7
ПЛАНЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ.....	9
ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ.....	13
МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ.....	15
ВОПРОСЫ К ЗАЧЁТУ.....	21
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	24
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	25

## ВВЕДЕНИЕ

*Первая помощь* – комплекс срочных мероприятий, направленных на устранение причин, угрожающих жизни пострадавшего, предупреждение развития тяжёлых осложнений, выполняемый на месте возникновения заболевания или травмы до прибытия медицинского работника.

Оказание первой помощи является одной из основных обязанностей сотрудника полиции, поэтому подготовка по дисциплине «Первая помощь» входит в специальную подготовку сотрудников органов внутренних дел и определяет уровень общей профессиональной подготовленности сотрудников. В программе подготовки специалистов среднего звена, дисциплина «Первая помощь» является дисциплиной вариативной части учебных циклов, преподаётся на первом курсе.

**Цель изучения дисциплины:** заключается в подготовке слушателей к оперативно-служебной деятельности и усвоение ими компетенций, необходимых для обеспечения защиты жизни и здоровья граждан, охраны общественного порядка.

### **Задачи дисциплины:**

– способствовать успешному овладению слушателями знаниями алгоритмов и принципов оказания первой помощи при выполнении служебно-боевых задач, задач по охране общественного порядка, участия в ликвидации чрезвычайных ситуаций;

– сформировать у слушателей с помощью практических заданий и других форм активного обучения, устойчивые компетенции, способствующие грамотному оказанию первой помощи;

– формировать высокую психологическую устойчивость, ответственность обучаемых, обеспечивающих уверенные действия в экстремальных условиях при оказании первой помощи, развивать у них бдительность, наблюдательность, память и другие профессионально-психологические качества необходимые для решения оперативно-служебных и служебно-боевых задач.

Изучение дисциплины направлено на приобретение слушателями следующих компетенций:

#### *А) общекультурных:*

– устанавливать психологический контакт с окружающими (ОК 9)

#### *Б) профессиональных:*

#### ***в оперативно-служебной деятельности:***

– оказывать первую (доврачебную) медицинскую помощь (ПК 1.9).

В результате изучения дисциплины слушатели должны:

**знать:** основы анатомии и физиологии человека, основные жизнеугрожающие состояния, алгоритм оказания первой помощи, способы профилактики инфекций, передающихся с кровью и биологическими

жидкостями человека, классификацию и характеристику чрезвычайных ситуаций, правовые аспекты оказания первой помощи (ОК9, ПК1.9).

**уметь:** оценивать состояние пострадавшего, идентифицировать основные факторы риска здоровью и жизни, обеспечивать безопасность жизнедеятельности при осуществлении профессиональной деятельности, пользоваться табельными средствами оказания первой помощи и подручными средствами; (ПК 1.9).

Дисциплина «Первая помощь» (МДК.В.1) является дисциплиной вариативной части учебных циклов программы подготовки специалистов среднего звена (ППССЗ), преподаётся на первом курсе. Промежуточная аттестация проводится в форме зачета за полный курс в целях определения степени достижения поставленной цели обучения по данной дисциплине в целом.

Зачет преимущественно принимается преподавателем, ведущим данную дисциплину в учебной группе. Оценка по результатам зачета носит недифференцированный характер: зачтено / не зачтено.

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1	Наименование разделов и тем	Всего часов	Аудит. занятия	Из них:			Сам. работа
				Л.	С.	П.З.	
1	2	3	4	5	6	7	8
1.	Правовые аспекты оказания первой помощи. Средства первой помощи. Последовательность действий при оказании первой помощи. Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего.	14	2	2			12
2.	Сердечно-легочная реанимация (СЛР). Особенности СЛР при электротравме и утоплении. Первая помощь при нарушении проходимости (обструкции) дыхательных путей.	14	2			2	12
3.	Первая помощь при травме опорно-двигательной системы. Травматический шок.	14	2			2	12
4.	Первая помощь при острой кровопотере и ранениях.	18	2			2	16
Зачет							
Всего по дисциплине		<b>60</b>	<b>8</b>	<b>2</b>		<b>6</b>	<b>52</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

**Тема 1. Правовые аспекты оказания первой помощи. Средства первой помощи. Последовательность действий при оказании первой помощи. Правила и порядок осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего.**

Правовые аспекты оказания первой помощи. Понятие о первой помощи, её задачи и объём. Последовательность действий при оказании первой помощи. Средства первой помощи: табельные средства оказания первой помощи, использование подручных средств. Профилактика инфекций, передающихся с кровью и биологическими жидкостями человека. Правила и порядок осмотра пострадавшего. Правила снятия одежды и обуви с пострадавших. Оценка состояния пострадавшего: оценка сознания, оценка дыхания, оценка пульса. Правила и способы извлечения пострадавшего из автомобиля. Основные транспортные положения. Способы переноски пострадавших, способы переключивания пострадавших, правила переноски на носилках.

**Тема 2. Сердечно-легочная реанимация (СЛР). Особенности СЛР при электротравме и утоплении. Первая помощь при нарушении проходимости (обструкции) дыхательных путей.**

Понятие и критерии клинической, биологической смерти. Алгоритм сердечно-легочной реанимации. Техника непрямого массажа сердца. Техника искусственной вентиляции легких. Непроходимость дыхательных путей. Прием Хеймлиха. Особенности СЛР у детей. Особенности извлечения инородных тел из дыхательных путей у детей. Особенности СЛР при утоплении и поражении электрическим током.

**Тема 3. Первая помощь при травме опорно-двигательной системы. Травматический шок.**

Классификация травм и характеристика основных видов повреждений. Первая помощь при ушибах, растяжениях, вывихах. Переломы, последовательность оказания первой помощи при открытых переломах. Понятие об иммобилизации. Правила транспортной иммобилизации. Табельные и подручные средства иммобилизации. Первая помощь при переломах костей конечностей, переломах ребер, таза, позвоночника, черепа. Понятие травматического шока, первая помощь.

**Тема 4. Первая помощь при острой кровопотере и ранениях.**

Классификация кровотечений. Способы временной остановки кровотечений. Критерии правильности наложения жгута. Запрещенные места для наложения жгута, возможные осложнения. Остановка кровотечения с помощью подручных средств. Помощь при подозрении на внутреннее кровотечение.

Раны и их характеристика. Раневая инфекция, защита раны от инфицирования. Особенности оказания первой помощи при проникающих ранениях груди и живота. Понятие пневмоторакса. Первая помощь при ранениях и повреждениях головы. Десмургия. Индивидуальный перевязочный пакет. Правила наложения повязок. Типовые повязки. Способы их наложения. Особенности наложения повязок на различные части тела.

## ПЛАНЫ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

**Тема 2: Сердечно-легочная реанимация (СЛР). Особенности СЛР при электротравме, утоплении. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей.**

**Учебные цели занятия:**

1. Закрепить знания по вопросам клинической и биологической смерти.
2. Отработать навыки сердечно-лёгочной реанимации с использованием манекенов.
3. Закрепить знания по вопросам особенности сердечно-лёгочной реанимации у детей, при поражении электрическим током, утоплении.
4. Рассмотреть понятие обструкции дыхательных путей, признаки асфиксии.
5. Изучить особенности оказания первой помощи при нарушении проходимости верхних дыхательных путей.

**Воспитательные и личностно формирующие цели занятия:**

1. Вырабатывать навыки самообразования и умение работать с литературой.
2. Соблюдать уставные требования.

**Развивающие цели занятия:**

1. Развивать у обучающихся способностей к логическому и алгоритмическому мышлению, позволяющим им решать оперативно-служебные задачи органов внутренних дел.
2. Развивать у слушателей медицинскую грамотность (знание терминологии).

**Время:** 2 часа.

**Метод:** практическое занятие.

**Форма занятия:** активная.

**Место:** учебная аудитория.

**Вопросы:**

1. Алгоритм сердечно-легочной реанимации.
2. Техника выполнения непрямого массажа сердца.
3. Техника выполнения искусственной вентиляции легких.
4. Особенности СЛР у детей.
5. Особенности СЛР при утоплении и поражении электрическим током.
6. Понятие об обструкции дыхательных путей. Выполнение приёма Хеймлиха.
7. Особенности извлечения инородных тел из дыхательных путей у детей.

**Вопросы на самостоятельную подготовку для самоконтроля:**

1. Как оценить состояние пострадавшего: сознание, дыхание, кровообращение?
2. Что относится к достоверным признакам клинической смерти.
3. Как определяются ранние признаки биологической смерти?

4. В каких случаях внезапной смерти реанимационная помощь не оказывается?
5. Алгоритм сердечно-легочной реанимации.
6. В чём состоит первый этап реанимации (этап С)?
7. В чём состоит второй этап реанимации (этап А)?
8. В чём состоит третий этап реанимации (этап В)?
9. Техника непрямого массажа сердца.
10. Техника искусственной вентиляции легких.
11. Особенности сердечно-лёгочной реанимации при поражении электрическим током.
12. Особенности сердечно-лёгочной реанимации при утоплении.
13. Особенности сердечно-лёгочной реанимации у детей.
14. СЛР двумя и тремя спасателями.
15. Сколько времени продолжается реанимационная помощь?

### **Тема 3. Первая помощь при травме опорно-двигательной системы.**

#### **Травматический шок.**

##### **Учебные цели занятия:**

1. Закрепить знания по основным признакам ушибов, растяжений, вывихов, переломов.
2. Отработать навыки иммобилизации и аутоиммобилизации конечностей с помощью табельных (шина Крамера) и подручных средств.
3. Отработать навыки иммобилизации при переломах ребер, таза, позвоночника, черепа.
4. Изучить понятие травматического шока и противошоковую помощь.

##### **Воспитательные и личностно формирующие цели занятия:**

1. Выбатывать навыки самообразования и умение работать с литературой.
2. Соблюдать уставные требования.

##### **Развивающие цели занятия:**

1. Развивать у обучающихся способностей к логическому и алгоритмическому мышлению, позволяющим им решать оперативно-служебные задачи органов внутренних дел.
2. Развивать у слушателей медицинскую грамотность (знание терминологии).

**Время:** 2 часа.

**Метод:** практическое занятие.

**Форма занятия:** активная.

**Место:** учебная аудитория.

##### **Вопросы:**

1. Основные признаки ушибов, растяжений, вывихов, переломов.
2. Первая помощь при ушибах и растяжениях.
3. Порядок оказания первой помощи при открытом и закрытом переломе.

4. Первая помощь при вывихах.
5. Иммобилизация и аутоиммобилизация конечностей.
6. Первая помощь при переломах рёбер, позвоночника, таза, черепа.
7. Травматический шок: признаки, первая помощь.

**Вопросы на самостоятельную подготовку для самоконтроля:**

1. Перечислите основные признаки ушибов и растяжений.
2. Как оказать первую помощь при ушибе и растяжении.
3. Признаки вывиха, как оказать помощь?
4. Виды переломов, как оказать помощь при закрытом и открытом переломе?
5. Что такое иммобилизация, способы иммобилизации.
6. Правила наложения шины.
7. Что такое аутоиммобилизация?
8. Первая помощь при переломе рёбер.
9. Первая помощь при переломе костей черепа.
10. Фиксация шейного отдела позвоночника.
11. Первая помощь при переломах позвоночника и таза.

**Тема 4. Первая помощь при острой кровопотере и ранениях.**

**Учебные цели занятия:**

1. Закрепить знания по основным видам кровотечений и способам их остановки.
2. Изучить признаки внутреннего кровотечения и оказание первой помощи.
3. Изучить правила оказания первой помощи при ранениях, основные виды повязок.
4. Отработать навыки оказания первой помощи при проникающих ранениях груди и живота.

**Воспитательные и личностно формирующие цели занятия:**

1. Выбатывать навыки самообразования и умение работать с литературой.
2. Соблюдать уставные требования.

**Развивающие цели занятия:**

1. Развивать у обучающихся способностей к логическому и алгоритмическому мышлению, позволяющим им решать оперативно-служебные задачи органов внутренних дел.
2. Развивать у слушателей медицинскую грамотность (знание терминологии).

**Время:** 2 часа.

**Метод:** практическое занятие.

**Форма занятия:** активная.

**Место:** учебная аудитория.

**Вопросы:**

1. Виды кровотечений и способы их остановки.
2. Точки прижатия магистральных сосудов.
3. Правила наложения кровоостанавливающего жгута, основные ошибки.
4. Использование подручных средств для остановки кровотечения.
5. Первая помощь при внутреннем кровотечении
6. Основные виды ран, правила оказания первой помощи при ранениях.
7. Первая помощь при проникающих ранениях.
8. Понятие о десмургии, правила наложения повязок.

**Вопросы на самостоятельную подготовку для самоконтроля:**

1. Какое кровотечение относится к сильному?
2. С какого способа начинают остановку кровотечения?
3. Какие точки используют для остановки кровотечения?
4. Правила наложения кровоостанавливающего жгута.
5. Чем отличается давящая повязка от тугой?
6. Когда кровоостанавливающий жгут накладывают ниже раны?
7. Что нельзя использовать в качестве кровоостанавливающего жгута?
8. Ошибки при наложении жгута.
9. Какие суставы используют для остановки кровотечения способом максимального сгибания с фиксацией?
10. Какие ограничения имеет способ максимального сгибания с фиксацией?
11. Как оказать первую помощь при внутреннем кровотечении?
12. Способ Микулича.
13. Основные правила десмургии.
14. Понятие пневмоторакса, как оказать помощь при проникающем ранении грудной клетки.
15. Использование индивидуального перевязочного пакета.
16. Особенности наложения повязок на различные части тела.

## **ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ, КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ.**

### **Тематика рефератов (презентаций)**

1. Понятие о первой помощи, задачи первой помощи, правовые аспекты оказания первой помощи.
2. Объём первой помощи, средства оказания первой помощи.
3. Порядок действий при оказании первой помощи.
4. Сердечно-лёгочная реанимация: понятие, этапы, способы возрастные особенности.
5. Поражение электрическим током, правила оказания первой помощи.
6. Виды утопления, первая помощь при утоплении.
7. Потеря сознания, первая помощь при обмороке, коме, эпилептическом припадке.
8. Понятие об асфиксии, виды, признаки, первая помощь.
9. Понятие о травме, виды травматизма.
10. Опорно-двигательная система: строение скелета, понятие о суставах, основных группах скелетных мышц.
11. Виды автомобильных травм, особенности повреждений при ДТП.
12. Понятие о травматическом шоке, особенности оказания первой помощи.
13. Повреждения от воздействия высокой и низкой температуры, первая помощь.
14. Виды отравлений, понятие о «полицейских ядах», первая помощь при отравлениях.
15. Черепно-мозговая травма: понятие о закрытой и открытой ЧМТ, первая помощь при сотрясении головного мозга, контузии, переломах свода и основания черепа.
16. Повреждения позвоночника и таза: основные механизмы, признаки, первая помощь.
17. Виды ран, особенности огнестрельных ранений, первая помощь.
18. Збронева контузия: понятие, первая помощь.
19. Понятие о пневмотораксе, оказание первой помощи.
20. Способы остановки наружного кровотечения, использование подручных средств.

### **Тематика (варианты) контрольных работ.**

1. Последовательность действий при оказании первой помощи, особенности первичного и вторичного осмотра, оценка состояния пострадавшего.
2. Сердечно-лёгочная реанимация: достоверные признаки смерти, ранние признаки биологической смерти, этапы реанимации.

3. Первая помощь при травме опорно-двигательной системы, правила транспортной иммобилизации.

4. Оказание первой помощи при ранениях и кровотечениях, использование табельных и подручных средств, правила наложения кровоостанавливающего жгута.

## МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ

### Общие положения выполнения контрольной работы

Обязательным условием изучения дисциплины «Первая помощь» является выполнение слушателями факультета заочного обучения письменной контрольной работы, что способствует более глубокому изучению дисциплины и является одной из форм проверки полученных знаний.

Целью выполнения контрольной работы является формирование у слушателей навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой, умений систематизировать и излагать теоретический материал по предложенной теме, свободно излагать собственную позицию, делать выводы и давать предложения для решения актуальных проблем.

Требования, предъявляемые к работе:

- тема контрольной работы раскрывается на основе изучения различных литературных источников и не может быть ограничена материалом одного учебника или учебного пособия;
- в контрольной работе должны содержаться элементы научного творчества, а теоретические положения обязательно увязываются с практикой;
- к работе составляется план, который обязательно включает в себя введение, основную часть и заключение;
- работа должна быть оформлена в строгом соответствии с требованиями (сноски, ссылки, список использованной литературы);
- текст в работе излагается самостоятельно, запрещены прямые заимствования из прочитанной литературы, кроме прямого цитирования текста с обязательной ссылкой на источник.

Выполнение контрольной работы начинают с выбора темы в соответствии с утвержденной тематикой контрольных работ и установленными требованиями по ее выбору.

Тема контрольной работы выбирается самостоятельно из предложенного перечня в соответствии с порядковым номером слушателя по журналу.

Выбрав тему контрольной работы, необходимо определить, к какому разделу курса она относится. Затем по учебникам и учебным пособиям дополнительно изучить материал, который ближе всего к выбранной теме. Это делается с целью уяснения основных аспектов, а также определения проблематики, объема и границ данной работы.

Важным этапом выполнения контрольной работы является подбор и изучение литературы по выбранной теме. В процессе изучения литературы отмечаются и выделяются те положения, которые помогут раскрыть тему

контрольной работы, а также те положения, которые кажутся спорными и даже сомнительными.

После изучения подобранной литературы составляется план контрольной работы, который должен логически последовательно и всесторонне раскрывать тему работы. Наибольшая сложность выполнения контрольной работы заключается в том, что требуется самостоятельно, грамотно, своими словами изложить материал, и в то же время не допустить поверхностного, ненаучного толкования тех или иных вопросов темы. Дословное воспроизведение литературных источников в работе недопустимо (за исключением цитирования со ссылкой на источник), так как противоречит самому смыслу контрольной работы.

### **Правила оформления контрольной работы и требования к ее содержанию**

Структура контрольной работы должна содержать следующие элементы:

- титульный лист установленной формы;
- план;
- введение;
- основная часть, где раскрывается содержание работы;
- заключение;
- список использованной литературы.

**План контрольной работы** составляется после изучения литературы. Он систематизирует подобранный по теме материал и обозначает основные вопросы работы. План последовательно включает введение, точные наименования вопросов (как правило, 3-5), заключение, приложения (если они имеют место). Титульный лист контрольной работы считается первой страницей, но номер на нем не проставляется. Никаких надписей на оборотной стороне титульного листа делать не разрешается.

**Во введении** излагается актуальность темы, цель, задачи контрольной работы и методы исследования. Можно также отразить разработанность проблемы данного исследования в литературе, охарактеризовать используемые для написания работы материалы. Объем введения должен составлять 1-2 страницы машинописного текста.

**В основной части** раскрывается содержание темы. Заголовки и разделы следует выделять более крупным шрифтом. Нумеруются пункты и подпункты плана арабскими цифрами, например, 1, 1.1, 1.2; 2, 2.1 и т.д. По ходу изложения материала необходимо делать ссылки или сноски на используемые при выполнении работы литературные источники, список которых приводится в конце работы. При этом должны быть правильно и полно раскрыты вопросы темы; выделены и рассмотрены наиболее значимые аспекты работы; предложены свои пути решения исследуемых

проблем. Те или иные положения, рассматриваемые в основной части, желательно иллюстрировать статистическим материалом, таблицами и графиками.

**В заключении** излагаются выводы, вытекающие из положений, изложенных в основной части, то есть полученные в ходе проведенного исследования, а также раскрывается их практическая значимость. Объем заключения, как правило, составляет 1-2 страницы.

**Список использованной литературы** оформляется следующим образом. Сначала в списке указываются нормативно-правовые акты законодательной и исполнительной власти в следующей последовательности: федеральные законы и законы Российской Федерации, указы Президента Российской Федерации, постановления Правительства Российской Федерации, иные нормативные правовые акты федеральных органов власти, органов законодательной и исполнительной власти субъектов Российской Федерации; официальные справочники; нормативно-технические документы ГОСТы, СНИПы, СП, Решения Комиссии Таможенного союза, Правила, ОСТы, ведомственные нормативные документы и рекомендации.

Далее приводится специальная литература, монографии, учебная литература. В последнюю очередь в списке указываются периодические издания. Они располагаются в алфавитном порядке по первым буквам фамилии автора или названия источника, если источник дается под заглавием. Список должен включать не менее 10 источников.

## Образец титульного листа контрольной работы

Воронежский институт МВД России

Кафедра тактико-специальной подготовки

# КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

по дисциплине

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

### **Вариант 1.**

*Тема: Последовательность действий при оказании первой помощи, особенности первичного и вторичного осмотра, оценка состояния пострадавшего.*

Выполнил:

Слушатель \_\_\_\_\_  
(группа, курс, факультет, специальное звание, фамилия и инициалы, шифр)

Проверил: \_\_\_\_\_  
(должность, ученая степень и ученое звание, специальное звание, фамилия и инициалы)

2018

Оформление контрольной работы является завершающим этапом работы над ней. Оно осуществляется с учетом требований Государственных стандартов и нормативных актов Воронежского института МВД России.

Текст контрольной работы должен быть набран на компьютере на листах белой стандартной бумаги (формат А4, ГОСТ 9327), скрепленной соответствующим образом.

При наборе текста на компьютере должен использоваться шрифт Times New Roman нормальной жирности размером 14 пунктов, полуторный интервал, отступ – 15 мм.

Название каждого вопроса в тексте обязательно выделяется. Каждую новую мысль надо начинать с красной строки, выделяя абзацы. Страницы в работе нумеруются по порядку начиная с оглавления и до последней страницы.

При размещении текста необходимо выдерживать поля следующего размера: левое – 30 мм, правое – 10 мм, верхнее – 20 мм, нижнее – 20 мм. Допускается применять сокращения слов только в соответствии с правилами русской орфографии, пунктуации, а также Государственными стандартами.

Если в контрольной работе принята особая система сокращения слов или наименований, то расшифровку дают непосредственно в тексте при первом упоминании. Например, «...телевидение высокой четкости (ТВЧ)», после чего в дальнейшем можно пользоваться сокращением «ТВЧ».

Иллюстрации (графики, схемы, диаграммы) и таблицы могут быть расположены как по тексту контрольной работы, так и в конце его или даны в приложении. Ссылка на иллюстрацию или таблицу должна быть дана по тексту работы до самой иллюстрации или таблицы. Номер иллюстрации помещают ниже самой иллюстрации (Рис. 1. Структурная схема).

Цитаты, включенные в текст контрольной работы, обязательно берутся в кавычки, а вместо пропущенных слов ставится многоточие. При этом надо следить, чтобы смысл цитаты не исказился. Ссылки на источники следует указывать порядковым номером по списку источников, выделенных квадратными скобками. Например, [8].

Выполняя контрольную работу, надо учитывать, что цитаты не должны превышать 20% объема работы, то есть злоупотреблять цитированием нельзя.

Приложение оформляют как продолжение контрольной работы на последующих листах. Каждое приложение должно начинаться с нового листа (страницы) с указанием в правом верхнем углу первого листа слова «Приложение» прописными буквами и в технически обоснованных случаях иметь заголовки, который записывается симметрично тексту прописными буквами.

При наличии в документе более одного приложения, их нумеруют арабскими цифрами, например, «Приложение № 1», «Приложение №2» и т.д.

Объем контрольной работы в печатном варианте должен составлять не менее 15-20 страниц.

### **Критерии оценки контрольной работы**

Выполненная контрольная работа представляется в установленном порядке для рецензирования – это необходимое условие допуска слушателя факультета заочного обучения к сессии и зачету по дисциплине. Кроме того, те замечания, которые указаны в рецензии, необходимо устранить и доработать контрольную работу. Рецензент делает вывод: «Работа зачтена» или «Работа не зачтена».

Работа не может быть зачтена, если она не носит самостоятельного характера, списана из литературных источников или у других авторов, если основные разделы не раскрыты, изложены схематично, фрагментарно. В тексте содержатся ошибочные положения, научный аппарат оформлен неграмотно, текст написан небрежно с нарушением правил оформления.

Процесс зачета контрольной работы может осуществляться и в форме устного собеседования или устного выступления по теме контрольной работы. При этом надо быть готовым:

- объяснить какая цель и задачи ставились в процессе работы над ней, каким путем они решались и какие выводы получены;
- отметить какая литература, материал использовались при выполнении работы, дать их краткий анализ и указать источники получения;
- коротко изложить основное содержание работы с выделением главных проблем, рассмотренных в работе.

По итогам выполнения контрольной работы слушатель допускается к сдаче зачета.

## ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ

### Теоретические вопросы для подготовки к промежуточной аттестации (зачету)

1. Понятие о первой помощи, задачи, правовые аспекты оказания первой помощи.
2. Объём (мероприятия) первой помощи.
3. Порядок действий на месте происшествия, оценка состояния пострадавшего, схема осмотра пострадавшего.
4. Средства первой помощи. Аптечка для оказания первой помощи.
5. Профилактика инфекций, передающихся с кровью и биологическими жидкостями человека, профилактика воздушно-капельной инфекции.
6. Правила и способы извлечения пострадавшего из автомобиля.
7. Понятие о клинической и биологической смерти, достоверные признаки клинической смерти.
8. Сердечно-лёгочная реанимация, способы, алгоритм САВ, возрастные особенности.
9. Особенности сердечно-лёгочной реанимации при поражении электрическим током и утоплении.
10. Способы восстановления проходимости верхних дыхательных путей. Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути.
11. Понятие об ушибе и растяжении связок (мышц), признаки, первая помощь.
12. Понятие о вывихе, признаки вывиха, первая помощь.
13. Понятие о переломе, виды, признаки переломов, первая помощь.
14. Понятие об иммобилизации, способы иммобилизации, правила наложения шин.
15. Транспортная иммобилизация при переломах верхней конечности.
16. Транспортная иммобилизация при переломах нижней конечности.
17. Признаки перелома позвоночника, первая помощь.
18. Признаки перелома таза, первая помощь.
19. Понятие о сотрясении головного мозга и контузии, первая помощь.
20. Переломы костей черепа, признаки перелома основания черепа, первая помощь.
21. Признаки перелома рёбер, первая помощь.
22. Понятие о травматическом шоке, первая помощь.
23. Основные транспортные положения, транспортировка пострадавших.
24. Способы переноски пострадавших, правила переноски на носилках.

25. Виды кровотечений, способы остановки кровотечений, правила наложения кровоостанавливающего жгута.
26. Признаки внутреннего кровотечения, первая помощь.
27. Понятие о ранах, виды, первая помощь при ранениях.
28. Первая помощь при ранениях грудной клетки, понятие о пневмотораксе.
29. Первая помощь при ранениях головы.
30. Ранения и повреждения живота, признаки, первая помощь.
31. Виды повязок, требования к повязке, правила наложения бинтовых повязок.
32. Понятие об ожогах, степени ожогов, первая помощь при термических и химических ожогах, ожоговом шоке.
33. Понятие об отморожении, степени отморожения, первая помощь.
34. Общее переохлаждение, признаки, первая помощь.
35. Признаки теплового и солнечного удара, первая помощь.
36. Первая помощь при острых отравлениях укусах змей.
37. Судорожный синдром, первая помощь.
38. Первая помощь при потере сознания.
39. Структура дорожно-транспортного травматизма. Характеристика наиболее частых повреждений при ДТП.
40. Первая помощь при неотложных состояниях: болях в сердце, «остром животе».

### **Профессионально-прикладные задачи (задания)**

1. Наложение бинтовой повязки «чепец».
2. Наложение бинтовой повязки «уздечки».
3. Наложение бинтовой повязки на затылок (крестообразная повязка).
4. Наложение бинтовой повязки на глаз.
5. Наложение бинтовой повязки на оба глаза.
6. Наложение бинтовой повязки на ухо.
7. Наложение бинтовой повязки на плечевой сустав.
8. Наложение бинтовой повязки на плечо.
9. Наложение бинтовой повязки на предплечье (колосовидная повязка).
10. Наложение бинтовой повязки на кисть (крестообразная повязка).
11. Наложение бинтовой повязки на I – II пальцы кисти.
12. Наложение бинтовой повязки на кулютью.
13. Наложение косыночной повязки на голову.
14. Наложение косыночной повязки на кисть.
15. Наложение бинтовой повязки на коленный сустав.
16. Использование косынки для иммобилизации верхней конечности.
17. Иммобилизация носа с помощью пращевидной повязки

18. Иммобилизация нижней челюсти.
19. Иммобилизация шейного отдела позвоночника.
20. Иммобилизация кисти с помощью шины.
21. Иммобилизация предплечья с помощью шины.
22. Иммобилизация бедра с помощью шин.
23. Иммобилизация голени с помощью шин.
24. Аутоиммобилизация нижней конечности.
25. Иммобилизация верхней конечности с помощью повязки Дезо.
26. Наложение давящей повязки на предплечье.
27. Наложение кровоостанавливающего жгута на плечо.
28. Наложение кровоостанавливающего жгута на шею (способ Микулича).
29. Наложение жгута-закрутки на плечо.
30. Наложение жгута-удавки на плечо.
31. Использование поясного ремня для остановки кровотечения.
32. Использование максимального сгибания конечности с фиксацией для остановки артериального кровотечения в области плеча.
33. Техника выполнения искусственного дыхания «Рот-устройство-рот»
34. Техника выполнения искусственного дыхания «Рот-нос»
35. Техника выполнения приёма Хеймлиха.
36. Техника выполнения спасательного захвата для извлечения пострадавшего с фиксацией шейного отдела.
37. Техника выполнения спасательного захвата для извлечения пострадавшего без фиксации шейного отдела.
38. Техника удаления инородного тела у младенца.
39. Техника наложения окклюзионной повязки.
40. Техника наложения повязки на грудную клетку «портупея».
41. Техника наложения восьмиобразной повязки на грудную клетку.
42. Техника выполнения приёма укладывания в «позу спасения».

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Методические рекомендации содержат разделы программы дисциплины «Первая помощь», тематический план и содержание дисциплины, планы практических занятий, занятий, темы рефератов, контрольных работ, вопросы на самостоятельную подготовку для самоконтроля, перечень вопросов к итоговой аттестации и список рекомендуемой литературы.

Издание предназначено для использования слушателями 1 курса факультета заочного обучения, обучаемых по программе среднего профессионального образования (специальность 5.40.02.02 Правоохранительная деятельность), при изучении ими в рамках учебного плана специальности дисциплины «Первая помощь», для подготовки к аудиторным занятиям и сдаче зачета по дисциплине.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### **1. Нормативные правовые акты**

1. Уголовный кодекс Российской Федерации от 13 июня 1996 г. № 63-ФЗ // Собр. законодательства Рос. Федерации. – 1996. – № 25. ст. 2954.
2. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации: федеральный закон РФ от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ // Собрание законодательства РФ. 28.11.2011. № 48. Ст. 672.
3. О полиции: федеральный закон РФ от 7 февраля 2011г. № 3-ФЗ // Рос. газета. - 2011. - № 25. - 08 февраля.
4. Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечень мероприятий по оказанию первой помощи: приказ Министерства здравоохранения РФ № 477н от 04 мая 2012 г. // Российская газета. - 2012. - 23 мая.
5. Об утверждении требований к комплектации изделиями медицинского назначения аптек для оказания первой помощи работникам: приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 05 марта 2011 г. №169н // Российская газета. - 2011. - 20 апреля.

### **2. Основная:**

1. Исхаков Э. Р. Оказание первой помощи сотрудниками органов внутренних дел: учебное пособие / Исхаков Э. Р. – Москва: ДГСК МВД России, 2014. – 48 с.
2. Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практ. пособие / С.В Петров, В.Г. Бубнов. – Москва: Энас, 2010. – 96 с.
3. Самороковский А.Ф. Совершенствование подготовки водителей транспортных средств с использованием возможностей тренажеров и других технических средств обучения: учебно-методическое пособие / А.Ф. Самороковский, Ю.А. Дудкин, А.А. Щеглов, В.В. Кулемин, М.В. Скобелева, А.Ф. Быстрянец. – Воронеж: ВИ МВД России, 2014. –75 с.
4. Самороковский А.Ф. Оказание первой помощи водителями транспортных средств при дорожно-транспортных происшествиях: учебно-методическое пособие / А.Ф. Самороковский, Н.А. Фокина, М.В. Скобелева, А.А. Щеглов. – Воронеж: ВИ МВД России, 2016. –58 с.
5. Скобелева М.В. Оказание первой помощи сотрудниками ОВД при выполнении служебно-боевых задач: учебно-методическое пособие/ М.В. Скобелева. – Воронеж: ВИ МВД России, 2015. –71 с.
6. Тузов А.И. Оказание сотрудниками органов внутренних дел первой помощи пострадавшим / А.И. Тузов. – М.: ДГСК МВД России, 2011. – 112 с.

### ***3. Дополнительная:***

1. Красильникова И.М. Неотложная доврачебная медицинская помощь: уч. пособие / И.М. Красильникова, Е.Т. Моисеева. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2015. – 192 с.
3. Соколов С.Л. Оказание первичной доврачебной медико-санитарной помощи при неотложных и экстремальных состояниях: учебник / С.Л Соколов, И. П. Левчук. – Москва: ГЭОТАР-Медиа, 2016 – 288 с.
4. Гудков В.А. Основы первой медицинской помощи: учебное пособие / В.А. Гудков, Э.В. Артишевский. – М.: ИМЦ ГУК МВД России, 2004. - 198 с.