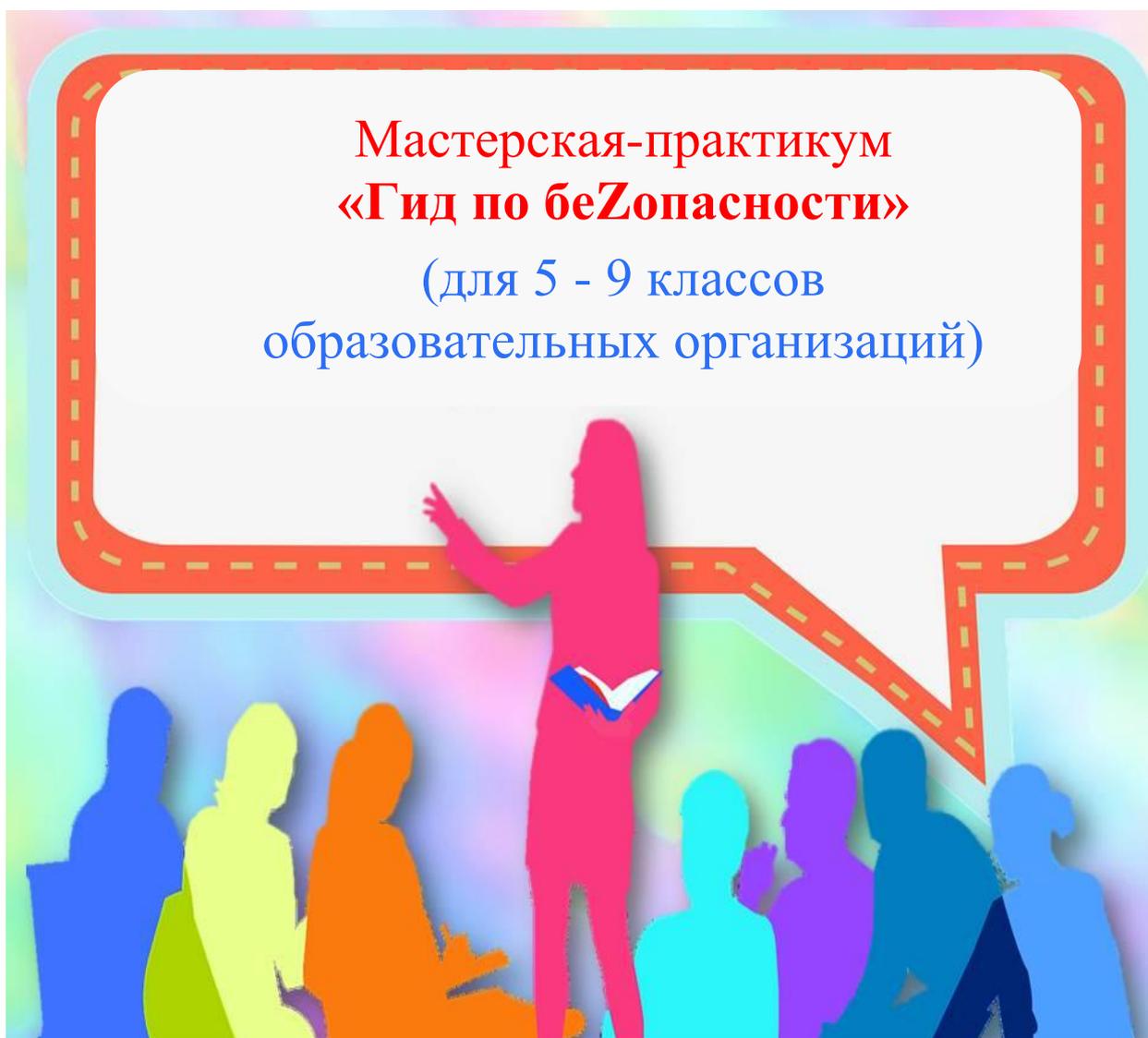




Государственное образовательное учреждение дополнительного  
профессионального образования  
«Учебно-методический центр по гражданской обороне и  
чрезвычайным ситуациям Тульской области»

# МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ



Тула  
2024

## Оглавление

### 1. Пояснительная записка

### 2. Содержание обучения

2.1 *Модуль 1 «Опасные и чрезвычайные ситуации»*

2.2 *Модуль 2 «Опасности военного характера»*

2.3 *Модуль 3 «Опасности террористических актов в образовательных организациях»*

2.4 *Модуль 4 «Оказание первой помощи»*

### 3. Литература

## Условные обозначения



- Демонстрация мультимедийной презентации



- Демонстрация видеоролика



Демонстрация аудиоролика



Игры, тренировки

## 1. Пояснительная записка

---

### **Актуальность**

В условиях современного исторического процесса с появлением новых глобальных и региональных природных, техногенных, социальных вызовов и угроз безопасности России (критичные изменения климата, негативные медико-биологические, экологические, информационные факторы и другие условия жизнедеятельности) возрастает приоритет вопросов безопасности, их значение не только для самого человека, но также для общества и государства. При этом центральной проблемой безопасности жизнедеятельности остаётся сохранение жизни и здоровья каждого человека.

В современных условиях колоссальное значение приобретает качественное образование подрастающего поколения россиян, направленное на формирование гражданской идентичности, воспитание личности безопасного типа, овладение знаниями, умениями, навыками и компетенцией для обеспечения безопасности в повседневной жизни

Занятия **мастерской-практикума «Гид по безопасности»** разработаны для обучающихся 5 - 9 классов образовательных организаций. Ориентированы на создание у обучающихся правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации.

**Цель занятий:** формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства.

### **Задачи занятий:**

**Образовательная** – способствовать освоению знаниями и формированию понимания роли личности, общества и государства в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

**Развивающая** - способствовать формированию у обучающихся высокого уровня мотивации ведения безопасного образа жизни.

**Воспитательная** - способствовать формированию активной жизненной позиции, осознанного понимания значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства.

### **Методы, приемы и формы организации занятий:**

Предусматривается использование практикоориентированных интерактивных форм организации учебных занятий.

## 2. Содержание обучения

---

Мастерская-практикум «Гид по безопасности» для обучающихся основного общего образования, рассчитана на 9 часов, по 1 учебному часу в месяц и содержит четыре модуля



### Модуль 1

**«Опасные и чрезвычайные ситуации»**



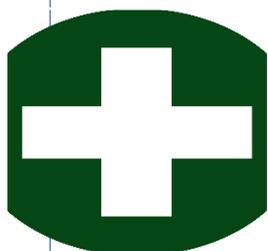
### Модуль 2

**«Опасности военного характера»**



### Модуль 3

**«Опасности террористических актов в образовательных организациях»**



### Модуль 4

**«Оказание первой помощи»**

## Модуль 1 «Опасные и чрезвычайные ситуации»

**Цель обучения:** способствовать формированию готовности обучающихся к грамотным действиям при угрозах и чрезвычайных ситуациях.

**Задачи:**

**Образовательная** – понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения.

**Развивающая** – выработка и закрепление у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни.

**Воспитательная** - способствовать развитию у обучающихся необходимых морально-волевых качеств.

**Метод:** беседы, имитационные игры, ситуационные задачи, ролевые игры.

**Учебно-материальное обеспечение:** иллюстрации, мультимедийные презентации, видеоролики.

**Содержание модуля:**

1. Чрезвычайные ситуации.
2. Безопасное поведение обучающихся во время массовых мероприятий.



## Тема 1.1 Чрезвычайные ситуации

### Введение

Ежегодно в России происходит 230 - 250 событий чрезвычайного характера, связанных только с опасными природными явлениями. Исходя из мировых статистических данных, ежегодный прирост погибших от природных катастроф на Земле составляет 4,3%, пострадавших - 8,6%.

### Основная часть



#### Демонстрация мультимедийной презентации

**Чрезвычайная ситуация** - это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, распространения заболевания, представляющего опасность для окружающих, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

#### Имитационная игра

**«Признаки чрезвычайной ситуации природного, техногенного и социального характера. Алгоритмы поведения в чрезвычайных ситуациях»**

<b>Формируемый навык</b>	Обучающийся учится быстро находить ответ на любую создавшуюся чрезвычайную ситуацию
<b>Место проведения</b>	Учебный класс
<b>Перечень игрового оборудования</b>	Проектор
<b>Правила игры, ее краткое описание</b>	Учитель демонстрирует на экране карточки с различными чрезвычайными ситуациям природного, техногенного и биолого-социального характера. Обучающиеся должны назвать признаки этих чрезвычайных ситуаций и алгоритмы действий при данной чрезвычайной ситуации. Остальные обучающие дополняют ответ одноклассника. После выполнения задания учитель выводит на экран правильный вариант, в обсуждении проходит разбор допущенных ошибок.

## Тема 1.2 Безопасное поведение обучающихся во время массовых мероприятий

### Введение

Находясь в общественных местах важно помнить правила безопасного поведения и меры предосторожности. Даже обычное мероприятие (концерт, спортивные соревнования, и т. д.) в случае плохой организации или непредвиденных обстоятельств может представлять угрозу.

Пока тысячи людей соблюдают установленный порядок поведения и движутся равномерно по отведённым маршрутам, ситуация относительно безопасна. История богата множеством примеров, когда из-за серьёзного инцидента или препятствия на пути людей (авария, блокирование движения, взрыв, выстрел, драка, подстрекание к погрому), толпа может превратиться в источник повышенной опасности для здоровья и даже самой жизни человека.

### Основная часть



#### - Демонстрация мультимедийной презентации

**Толпа** — бесструктурное скопление людей, лишенных ясно осознаваемой общности целей, но взаимно связанных сходством эмоционального состояния и общим объектом внимания

### Поведение в толпе

Необходимо помнить следующие правила поведения в толпе:

- ✓ избегайте больших скоплений людей
- ✓ не присоединяйтесь к толпе, как бы ни хотелось посмотреть на происходящие события
- ✓ если оказались в толпе, позвольте ей нести вас, но попытайтесь выбраться из неё
- ✓ глубоко вдохните и разведите согнутые в локтях руки чуть в стороны, чтобы грудная клетка не была сдавлена
- ✓ стремитесь оказаться подальше от высоких и крупных людей, людей с громоздкими предметами и большими сумками
- ✓ любыми способами старайтесь удержаться на ногах
- ✓ не держите руки в карманах
- ✓ двигаясь, поднимайте ноги как можно выше, ставьте ногу на полную стопу, не семените, не поднимайтесь на цыпочки
- ✓ если давка приняла угрожающий характер, немедленно, не раздумывая, освободитесь от любой ноши, прежде всего от сумки на длинном ремне и шарфа

- ✓ если что-то уронили, ни в коем случае не наклоняйтесь, чтобы поднять
- ✓ если вы упали, постарайтесь как можно быстрее подняться на ноги. При этом не опирайтесь на руки (их отдавят либо сломают). Старайтесь хоть на мгновение встать на подошвы или на носки. Обретя опору, "выныривайте", резко оттолкнувшись от земли ногами
- ✓ если встать не удастся, свернитесь клубком, защитите голову предплечьями, а ладонями прикройте затылок
- ✓ попав в переполненное людьми помещение, заранее определите, какие места при возникновении экстремальной ситуации наиболее опасны (проходы между секторами на стадионе, стеклянные двери и перегородки в концертных залах и т.п.), обратите внимание на запасные и аварийные выходы, мысленно проделайте путь к ним
- ✓ легче всего укрыться от толпы в углах зала или вблизи стен, но сложнее оттуда добираться до выхода
- ✓ при возникновении паники старайтесь сохранить спокойствие и способность трезво оценивать ситуацию
- ✓ не присоединяйтесь к митингующим "ради интереса".
- ✓ во время массовых беспорядков постарайтесь не попасть в толпу, как участников, так и зрителей. Вы можете попасть под действия бойцов спецподразделений



### - Демонстрация видеоролика «Как вести себя в толпе»

#### **Помните!**

**Не присоединяйтесь к толпе, как бы ни хотелось посмотреть на происходящие события.**

**Самый лучший выход из чрезвычайной ситуации – не попадать в неё!**

## Модуль 2 «Опасности военного характера»

**Цель обучения:** подготовить обучающихся к четким и быстрым действиям в случае оповещения по сигналу «Внимание всем!».

**Задачи:**

**Образовательная** – понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения.

**Развивающая** – выработка и закрепление у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни.

**Воспитательная** - способствовать развитию у обучающихся необходимых морально-волевых качеств.

**Метод:** беседы, демонстрация видеоролика.

**Учебно-материальное обеспечение:** иллюстрации, мультимедийные презентации, видеоролики.

**Содержание модуля:**

1. Сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!».
2. Порядок действий при угрозе «Воздушная тревога».



## Тема 2.1 Сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»

### Введение

Каждое утро человек выходит из дома и попадает в огромный мир, в котором может произойти все что угодно, начиная от ушиба и заканчивая террористическим актом. Эти неприятности получили название экстремальных ситуаций. Экстремальный - значит трудный, сложный. Экстремальные ситуации - значит сложные, трудные, неприятные ситуации, в которых может оказаться человек.

### Основная часть занятия

#### Демонстрация мультимедийной презентации

При угрозе возникновения или в случае возникновения экстремальной ситуации, а именно: аварии, катастрофы, стихийного бедствия, воздушной опасности, угрозы химического, радиоактивного заражения для привлечения внимания населения, во всех городах (населенных пунктах) включаются звуковые сигнальные средства (сирены, гудки предприятий и транспортных средств и др.).

Это единый сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»

Для привлечения внимания населения включаются сирены, производственные гудки, свето-звуковые сигналы спец. машин и другие сигнальные средства, что означает передачу предупредительного сигнала

Услышав звучание сирены, производственные гудки и другие сигнальные средства, необходимо **немедленно**

# «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»



**включить телевизор**

или



**FM – приемник**  
на частоте  
местных  
вещательных  
станций



либо  
**выйти к уличным  
громкоговорителям**  
и прослушать речевое  
сообщение

## Демонстрация аудиоролика: сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»

### Действия по сигналу «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»

#### Если вы находитесь в школе, действуйте по команде учителя

1. По сигналу тревоги сохраняйте спокойствие и не делайте ничего, что может дезорганизовать окружающих (не кричите, не мечитесь).

2. В случае подачи команды на эвакуацию из здания:

- ✓ немедленно возьмите необходимые вещи истройтесь для организованного выхода из класса;
- ✓ в организованном порядке, под руководством преподавателя, через основные и запасные выходы покиньте здание;
- ✓ если находитесь в здании школы на перемене, через ближайший выход покиньте помещение;
- ✓ после выхода из здания, по команде преподавателя, стройтесь в отведённом безопасном месте, пройдите перекличку;
- ✓ далее действуйте в соответствии с указаниями администрации образовательной организации.

#### Если вы находитесь дома, без взрослых

Услышав сигнал оповещения «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!», следует непременно включить телевизор, радиоприемник и внимательно прослушать сообщения и дальше действовать в соответствии с указаниями.

В любом случае нахождения без взрослых, необходимо связаться с родителями, уточнить им свое местонахождение.

#### Если вы находитесь в общественном транспорте, без взрослых

По окончании звукового сигнала «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»:

- ✓ покиньте транспорт,
- ✓ прослушайте экстренную информацию через уличные установки громкоговорящей связи, в том числе, установленные на автомобилях службы охраны, общественного порядка и ГАИ. Используйте мобильный телефон для получения смс-оповещений или подключения к радиовещанию. Выполните все рекомендации.
- ✓ в любом случае нахождения без взрослых, необходимо связаться с родителями, уточнить им свое местонахождение.

## Тема 2.2 Порядок действий при угрозе «Воздушная тревога»

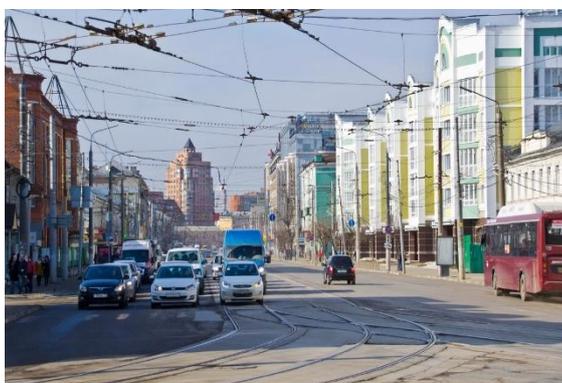
### Введение

В современных условиях, каждый должен знать, как действовать в случае угрозы «Воздушная тревога». Это поможет сохранить жизнь и здоровье.

### Основная часть

#### Демонстрация мультимедийной презентации

Рассмотрим порядок действий, если сигнал «Внимание всем!» с информированием об угрозе «Воздушная тревога» застал вас:



#### На улице:

1. Проследуйте в ближайшее укрытие, заглубленное помещение, капитальное строение.
2. Если нет такой возможности, быстро лечь на дно канавы, котлована, придорожного кювета и других естественных укрытий.
3. Если взрыв произошел недалеко от вас:
  - ✓ сразу падайте на землю, защитите голову и шею сумкой, портфелем, любым другим предметом;
  - ✓ при наличии какого-либо выступа, бордюра тротуара, канавы, или углубления в земле - воспользуйтесь этой естественной защитой;
  - ✓ если рядом есть какая-то бетонная конструкция - лечь рядом с ней.

#### В городском транспорте:

1. Немедленно покинуть транспорт, после его остановки.
2. Следовать согласно рекомендациям действий на улице.



#### В доме:

1. Если в доме есть подвал - спуститься в подвал.
2. Если нет такой возможности, переместиться в кладовую, ванную комнату (чем больше бетона вокруг, тем лучше).
3. Ни в коем случае не находиться напротив окон!



4. Если известно, с какой стороны ведется обстрел, то выбрать самую удаленную комнату с противоположной стороны.

5. В том месте, что будет выбрано, сесть на пол у стены. Окна можно заложить диванными подушками (большими, плотными), закрыть массивной мебелью, но не пустой (набить вещами, но плотно).

#### **Опасные места в здании при взрыве:**

- ✓ лестничные марши,
- ✓ лифт,
- ✓ нависшие строительные конструкции,
- ✓ подвесные полки,
- ✓ антресоли,
- ✓ неустойчивая мебель,
- ✓ перекрытия с большими трещинами,
- ✓ застеклённые поверхности (окна, лоджии, шкафы, двери)

#### **В погребе:**

1. Оставить на видном месте большой бросающийся в глаза плакат «во время бомбежек мы в погребе» и указать, где погреб находится.

2. Взять с собой телефоны, радио на батарейках, воду.

3. Не впадать в панику.

4. Не поднимайте с земли никаких незнакомых вам предметов: авиабомба, ракета или снаряд могли быть кассетными, их боевые элементы часто разрываются при падении, но могут взорваться позже, в руках — от малейшего движения или прикосновения.



**Демонстрация видеоролика «Порядок действий при угрозе «Воздушная тревога»»**

## Модуль 3 «Опасности террористических актов в образовательных организациях»

**Цель обучения:** формирование у обучающихся грамотного поведения, обеспечивающего собственную безопасность и безопасность окружающих в случае угроз террористических актов.

**Задачи:**

**Образовательная** – понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения.

**Развивающая** – выработка и закрепление у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни.

**Воспитательная** - способствовать развитию у обучающихся необходимых морально-волевых качеств.

**Метод:** беседы, имитационные игры, ситуационные задачи, ролевые игры.

**Учебно-материальное обеспечение:** иллюстрации, мультимедийные презентации, видеоролики, имитационные игры.

**Содержание модуля:**

1. Как не стать жертвой или заложником террористов.
2. Взрывные устройства в руках террористов.



## Тема 3.1 Как не стать жертвой или заложником террористов

### Введение

Сегодня терроризм превратился в одну из опаснейших глобальных проблем современности, серьезную угрозу безопасности всего мирового сообщества. К сожалению, Россия оказалась в числе стран, столкнувшихся с наиболее агрессивными его проявлениями. Он быстро приспосабливается к изменениям обстановки, совершенствуется в проявлениях коварства, изощренной жестокости, подлости и вероломства. Каждому гражданину необходимо обладать антитеррористическими знаниями и навыками обеспечения личной и общественной безопасности.

### Основная часть занятия



#### Демонстрация мультимедийной презентации

### Поведение при появлении вооруженного человека на территории или в здании образовательной организации

По системе локального речевого оповещения передано сообщение «ВНИМАНИЕ! ВООРУЖЕННОЕ НАПАДЕНИЕ»

#### Действия обучающихся:

**При нахождении вне здания** объекта немедленно уйти в сторону от опасности, по возможности покинуть территорию объекта и сообщить родителям (законным представителям) о своем месте нахождения, в случае нахождения в непосредственной близости сотрудника образовательной организации сообщить ему об опасности и далее действовать по его указаниям

#### При нахождении в здании

✓ переместиться в ближайшее помещение, которое можно будет заблокировать изнутри, увидев сотрудника образовательной организации, сообщить ему об опасности и далее действовать по его указаниям;

✓ помочь сотруднику образовательной организации заблокировать входы, в том числе с помощью мебели (самостоятельно заблокировать входы, если рядом не оказалось работника);

✓ разместиться наиболее безопасным из возможных способов, как можно дальше от входов, ближе к капитальным стенам, ниже уровня оконных проемов, под прикрытием мебели;

✓ сохранять спокойствие, разговаривать тихо, внимательно слушать и выполнять указания работника организации;

✓ переключить средства связи в бесшумный режим либо их выключить;



- ✓ оказать помощь и поддержку другим обучающимся только по указанию работника организации;
- ✓ разблокировать выходы и выходить из помещения только по указанию сотрудника образовательной организации, руководителя или оперативных служб.

**При проведении операции по пресечению вооруженного нападения:**

- а) лечь на пол лицом вниз, голову закрыть руками и не двигаться;
- б) по возможности держаться подальше от проемов дверей и окон;
- в) при ранении постараться не двигаться с целью уменьшения потери крови;
- г) не бежать навстречу сотрудникам, проводящим операцию по пресечению вооруженного нападения, или от них, так как они могут посчитать бегущих за преступников.

**Если скрыться от преступников не удалось, и вы оказались в заложниках:**

- ✓ постарайся соблюдать спокойствие и не показывать своего страха;
- ✓ не оказывай террористам сопротивления;
- ✓ не пытайся вступать с ними в беседу, не стремись разжалобить их или отговорить от выполнения намеченного ими плана;
- ✓ выполняй их требования и не реагируй на их действия в отношении других заложников;
- ✓ не следует высказывать свое возмущение;
- ✓ не нарушай установленных террористами правил, чтобы не спровоцировать ухудшения условий вашего содержания;
- ✓ не следует пробовать связаться с родными, или правоохранительными органами. Это может быть воспринято как неповиновение.
- ✓ знай - ты не один. Помни: опытные люди уже спешат к тебе на помощь.
- ✓ не пытайся убежать, вырваться самостоятельно - террористы могут отреагировать агрессивно. Постарайся успокоиться и жди освобождения.

**Запомните:**

1. Настройся на долгое ожидание. Специалистам требуется время, чтобы освободить тебя. Они не теряют ни минуты, но должны всё предусмотреть.
2. Постарайся мысленно отвлечься от происходящего: вспоминай содержание книг, художественных фильмов, мультфильмов, решай в уме задачи. Если веришь в Бога, молись.
3. Старайся не раздражать террористов: не кричи, не плачь, не возмущайся. Не требуй также немедленного освобождения - это невозможно.
4. Не вступай в споры с террористами, выполняй все их требования. Помни: это вынужденная мера, ты спасаешь себя и окружающих.
5. Помни, что, возможно, тебе придется долгое время провести без воды и пищи - экономь свои силы.
6. Если в помещении душно, постарайся меньше двигаться, чтобы экономнее расходовать кислород.

7. Если воздуха достаточно, а по зданию передвигаться запрещают, делай нехитрые физические упражнения - напрягай и расслабляй мышцы рук, ног, спины. Не делай резких движений.

8. Помни: если заложник проводит много времени с террористами, ему может показаться, что они вместе, а весь мир - против них. Это очень опасная ошибка! Знай: в любой ситуации террорист - это преступник, а заложник - его жертва! У них не может быть общих целей!

**Если началась операция по вашему освобождению (штурм), необходимо:**

- ✓ упасть на пол и закрыть голову руками, при этом старайтесь занять позицию подальше от окон и дверных проемов;
- ✓ держаться подальше от террористов, потому что в ходе операции по ним могут стрелять снайперы;
- ✓ определить для себя места возможного укрытия от поражающих элементов, которые возможны при подрыве стен, дверей, окон, возгорания и задымления;
- ✓ снять ремни, ремешки от сумочек и спрятать их в карманах – эти предметы в случае необходимости можно использовать, как кровоостанавливающее средство;
- ✓ не брать в руки оружие, чтобы вас не перепутали с террористами;
- ✓ если рядом с вами или непосредственно на вас установлено взрывное устройство, по возможности, голосом или движением руки дайте понять об этом сотрудникам спецслужб, которые могут приблизиться к вам в ходе спецоперации;
- ✓ фиксировать в памяти все события, которые сопровождают захват. Эта информация будет очень важна для правоохранительных органов.

**После освобождения**

Не спеши сразу уйти домой. Сначала надо связаться с сотрудниками специальных служб и врачами. Врачи помогут тебе выйти из шока и, если нужно, по их совету ты получишь необходимое лечение.

## Тема 3.2 Взрывные устройства в руках террористов

### Введение

Терроризм – война без правил, война без линии фронта, жестокая и бесчеловечная, потому что главный удар противник наносит по мирному населению. Терроризм страшен уже тем, что он непредсказуем. Крайне сложно предположить, когда, где и насколько чудовищный по своей жестокости удар нанесут террористы в следующий раз.

### Основная часть занятия



#### Демонстрация мультимедийной презентации

### Правила поведения при получении информации об угрозе взрыва или обнаружении предмета, похожего на взрывоопасный

#### Заметив подозрительные предметы:

- ✓ вещь без хозяина;
- ✓ предмет, не соответствующий окружающей обстановке;
- ✓ устройство с признаками взрывного механизма;
- ✓ натянутая проволока, шнур;
- ✓ провода, изолирующая лента, свисающие из-под машины.

#### Действуйте следующим образом:

1. **НЕ ПОДХОДИТЕ И НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ** к подозрительному предмету.
2. Немедленно **СООБЩИТЕ** сотруднику образовательной организации о подозрительном предмете.
3. **НЕ ПОЗВОЛЯЙТЕ** окружающим прикасаться к предмету.
4. По возможности отведите окружающих на удаление до 50—100 метров от подозрительного предмета.
5. **ИСКЛЮЧИТЕ** использование средств радиосвязи, мобильных телефонов и других приборов, способных вызвать срабатывание взрывателя.
6. **СЛЕДУЙТЕ** указаниям сотрудников образовательной организации.

**Важно!** Сотрудники образовательной организации обязаны сообщить о подозрительном предмете по телефону 112.

Нельзя принимать никаких самостоятельных действий с подозрительными предметами. Это может привести к взрыву и многочисленным жертвам.

По прибытии экстренных служб действовать в соответствии с их указаниями.

## КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

✓ самостоятельно предпринимать действия, нарушающие состояние подозрительного предмета, трогать или перемешать подозрительный предмет и другие предметы, находящиеся с ними в контакте;



- ✓ заливать жидкостями, засыпать грунтом или накрывать обнаруженный предмет тканевыми и другими материалами;
- ✓ пользоваться электро-, радиоаппаратурой, переговорными устройствами или рацией вблизи обнаруженного предмета, проезжать на автомобиле;
- ✓ оказывать температурное, звуковое, световое, механическое воздействие на взрывоопасный предмет;
- ✓ прикасаться к взрывоопасному предмету, находясь в одежде с синтетическими волокнами.

**📺 Демонстрация видеоролика «Алгоритм действий при угрозе взрыва в образовательной организации».**

## Модуль 4. «Оказание первой помощи»

**Цель обучения:** подготовить обучающихся к оказанию первой помощи, к четким и быстрым действиям в случае происшествия с наличием пострадавших.

**Задачи:**

**Образовательная** - способствовать формированию знаний по выявлению состояний, при которых оказывается первая помощь.

**Развивающая** - способствовать формированию навыков оказания первой помощи.

**Воспитательная** - способствовать развитию у обучающихся необходимых для оказания первой помощи морально-волевых качеств, в том числе повысить мотивацию к ее оказанию.

**Метод:** беседы, тренировки, ситуационные задачи, дидактические игры.

**Учебно-материальное обеспечение:** иллюстрации, мультимедийные презентации, видеоролики, имитационные игры.

**Содержание модуля:**

1. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях.
2. Оказание первой помощи при ранах и травмах.
3. Первая помощь при термическом ожоге.



## Тема 4.1 Оказание первой помощи при наружном кровотечении

### Введение

Под кровотечением понимают ситуацию, когда кровь (в норме находящаяся внутри сосудов человеческого тела) по разным причинам (чаще всего в результате травмы) покидает сосудистое русло, что приводит к острой кровопотере – безвозвратной утрате части крови. Это сопровождается снижением функции системы кровообращения по переносу кислорода и питательных веществ к органам, что ведет к ухудшению или прекращению их деятельности.

### Основная часть

#### Демонстрация мультимедийной презентации

**Важно!** Оказание первой помощи всегда должно начинаться с проведения оценки обстановки и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи

#### Как понять, что у пострадавшего наружное кровотечение?

Для обнаружения наружного кровотечения необходимо провести обзорный осмотр пострадавшего в течение 1-2 секунд, с головы до ног.

Основные признаки наружного кровотечения:

- ✓ одежда, пропитанная кровью, лужа крови рядом с пострадавшим;
- ✓ бледная, влажная и холодная кожа;
- ✓ резкая общая слабость.

#### Способы остановки кровотечения:

1. Прямое давление на рану.
2. Наложение давящей повязки.
3. Наложение кровоостанавливающего жгута.

**Правила наложения кровоостанавливающего жгута (демонстрируется на тренажере):**

1. Жгут необходимо накладывать между раной и сердцем, на 5-7 см выше раны. Если место наложения жгута приходится на среднюю треть плеча и на нижнюю треть бедра, следует наложить жгут выше.
2. Нельзя накладывать жгут на голое тело.
3. Перед наложением жгут следует завести за конечность и растянуть.
4. Кровотечение останавливается первым (растянутым) туром жгута, все последующие (фиксирующие) туры накладываются так, чтобы каждый последующий тур примерно наполовину перекрывал предыдущий.
5. Жгут не должен быть закрыт повязкой или одеждой.
6. Записку со временем наложения жгута поместить под жгут.
7. Максимальное время нахождения жгута на конечности не должно превышать 2 ч.
8. После наложения жгута конечность следует обездвижить доступными способами.

**Признаки правильного наложения жгута:** остановка кровотечения, побледнение кожных покровов конечности, отсутствие периферического пульса.

**Оказание первой помощи при носовом кровотечении:**

1. Если пострадавший находится в сознании, необходимо усадить его.
2. Слегка наклонить вперед голову пострадавшего.
3. Зажать нос в районе крыльев носа на 15-20 минут.
4. Положить холод на переносицу.
5. Вызвать скорую медицинскую помощь.
6. Если пострадавший с носовым кровотечением находится без сознания, следует придать ему устойчивое боковое положение, вызвать скорую медицинскую помощь.

**Ситуационная задача «как действовать при носовом кровотечении?»**

Обучающимся предлагается несколько изображений по оказанию первой помощи при носовом кровотечении, необходимо выбрать правильное и обосновать свой выбор.

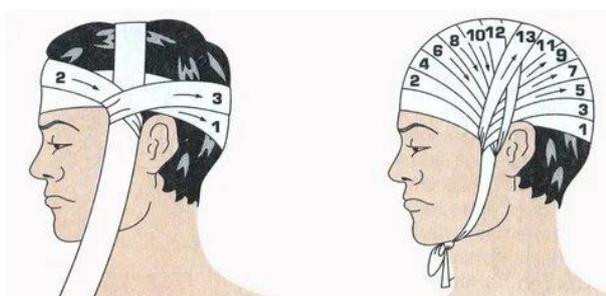


**Демонстрация обучающего видеofilьма «Повязка чепец»**

**Тренировка наложения давящей повязки при кровотечении из волосистой части головы**

**Происшествие:** в результате осколочного ранения у пострадавшего кровотечение из теменной части головы слева. Из раны струей вытекает темная кровь. Окажите первую помощь.

Обучающиеся делятся на пары (пострадавший, участник оказания первой помощи) и отрабатывают навык наложения повязки с чепец с соблюдением всех правил десмургии.



## Тема 4.2 Оказание первой помощи при ранах и травмах

### Введение

Для выявления наличия ран и травм проводится подробный осмотр, в следующей последовательности: голова, шея, грудная клетка, живот, область таза, конечности.

### Основная часть



#### Демонстрация мультимедийной презентации

#### Виды ран:

- ✓ Колотые (штыком, иглой и т.п.)
- ✓ Резаные (ножом, стеклом и т.п.)
- ✓ Рубленые (топором, шашкой и т.п.)
- ✓ Рваные (следствие воздействия относительно острого твердого предмета)
- ✓ Ушибленные (следствие воздействия твердого предмета)
- ✓ Укушенные (нанесены зубами животного или человека)
- ✓ Сочетанные (колоторезанные, рубленорваные)
- ✓ Огнестрельные (пулями, осколками и т.п.)

#### Основные правила оказания первой помощи при ранах:

- ✓ Обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи.
- ✓ Прекращение действия травмирующих факторов.
- ✓ Остановка кровотечения.
- ✓ Наложение стерильной повязки.
- ✓ При инородном теле в ране: зафиксировать его в ране («бублик»), наложить нетугую повязку.
- ✓ Обездвиживание раневой части тела подручными средствами.
- ✓ Передача пострадавшего БСМ.

#### Первая помощь при травме головы:

1. Обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи.
2. Если пострадавший находится без сознания, следует придать ему устойчивое боковое положение.
3. При наличии кровотечения из волосистой части головы необходимо выполнить прямое давление на рану и наложить давящую повязку.
4. При наличии раны – наложить стерильную повязку.
5. При нарушении целостности костей черепа, необходимо обложить края раны бинтами и только после этого накладывать повязку.
6. При нахождении в ране инородного предмета нужно зафиксировать его, обложив салфетками или бинтами, и наложить повязку.

Извлекать инородный предмет запрещено!

#### Первая помощь при травме глаз:

1. Обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи.
2. Наложить стерильную марлевую повязку на оба глаза - бинокулярная повязка.
3. Запрещается:
  - ✓ Тереть или давить на пораженный глаз.
  - ✓ Трогать или пытаться удалить торчащее из глаза инородное тело.
  - ✓ Промывать глаз, когда существует вероятность проникающего ранения.
  - ✓ Использовать в качестве повязки вату.
4. Передать БСМ.

**Демонстрация обучающего фильма по десмургии: «Бинокулярная повязка».**

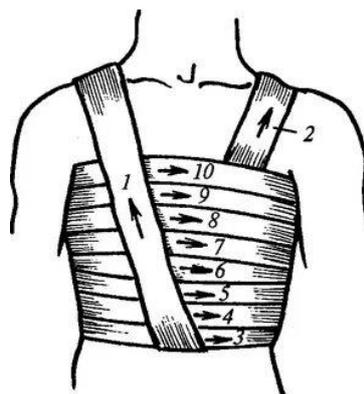
**Первая помощь при травме груди:**

1. Обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи.
2. Первичная герметизация раны ладонью в одноразовой перчатке.
3. Наложить герметизирующую (окклюзионную) повязку:
  - Непосредственно на рану наложить воздухонепроницаемый материал, превышающий по размеру величину раны (полиэтилен, клеенка).
  - Края материала прикрепить к коже лейкопластырем с оставлением открытого нижнего края (функция клапана, отток жидкости).
4. Наложить циркулярную повязку на грудь на выдохе.
5. Придать оптимальное положение полусидя с наклоном в пораженную сторону.

**Тренировка наложения окклюзионной повязки из подручных средств**

**Происшествие:** в результате колотой раны грудной клетки у пострадавшего наблюдается свистящий дыхание, пузырьки или пена вокруг раны, вынужденная поза (наклон вперед, руки на коленях), посинение губ. Окажите первую помощь.

Обучающиеся делятся на пары (пострадавший, участник оказания первой помощи) и отрабатывают навык наложения окклюзионной повязки.



## Тема 4.3 Первая помощь при термическом ожоге

### Введение

Термические ожоги могут возникать под воздействием прямого повреждения кожи пламенем, паром, горячим предметом.

### Основная часть занятия



#### Демонстрация мультимедийной презентации

В рамках первой помощи термические ожоги подразделяют на поверхностные и глубокие.

#### Признаки поверхностного ожога:

- покраснение;
- отек кожи в месте воздействия поражающего агента;
- появление пузырей, заполненных прозрачной жидкостью.

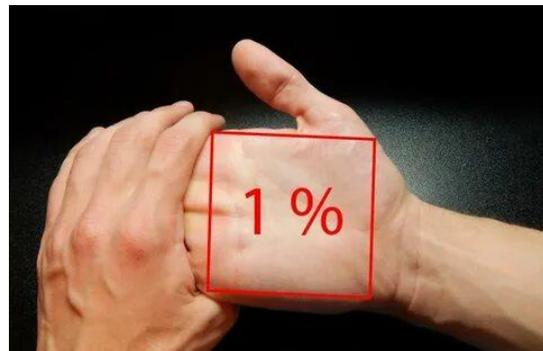
#### Признаки глубокого ожога:

- появление пузырей, заполненных кровянистым содержимым;
- нарушение целостности кожи;
- кожа может обугливаться и становится нечувствительной к боли.

Тяжесть состояния пострадавшего зависит не только от глубины повреждения, но и площади ожоговой поверхности.

Для определения площади ожога используется метод «Ладони»

Опасными для жизни пострадавшего являются поверхностные ожоги площадью более 15% и глубокие ожоги площадью более 5% площади тела



**Важно!** Оказание первой помощи всегда должно начинаться с проведения оценки обстановки и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи

### Первая помощь при поверхностных термических ожогах:

1. Устранить воздействие поражающего фактора (аккуратно снять одежду)
2. Провести охлаждение места повреждения проточной водой 8°-20°С в течение 20 минут, если нет нарушения целостности ожоговых пузырей
3. Наложить нетугую стерильную повязку, обездвижить пострадавшую конечность, дать теплое питье
4. Вызвать скорую медицинскую помощь

### Первая помощь при глубоких термических ожогах:

1. Устранить воздействие поражающего фактора
2. Наложить нетугую стерильную повязку
3. Затем (поверх повязки) приложить контейнер с холодной водой
4. При площади ожога более 10% пострадавшего необходимо уложить, укрыть
5. Место повреждения укрыть чистой сухой тканью (например, простыней, салфеткой) и охладить, приложив к ожоговой поверхности (поверх повязки!) контейнер с холодной водой на 10-15 минут
6. Вызвать скорую медицинскую помощь, дать теплое, желательно питье

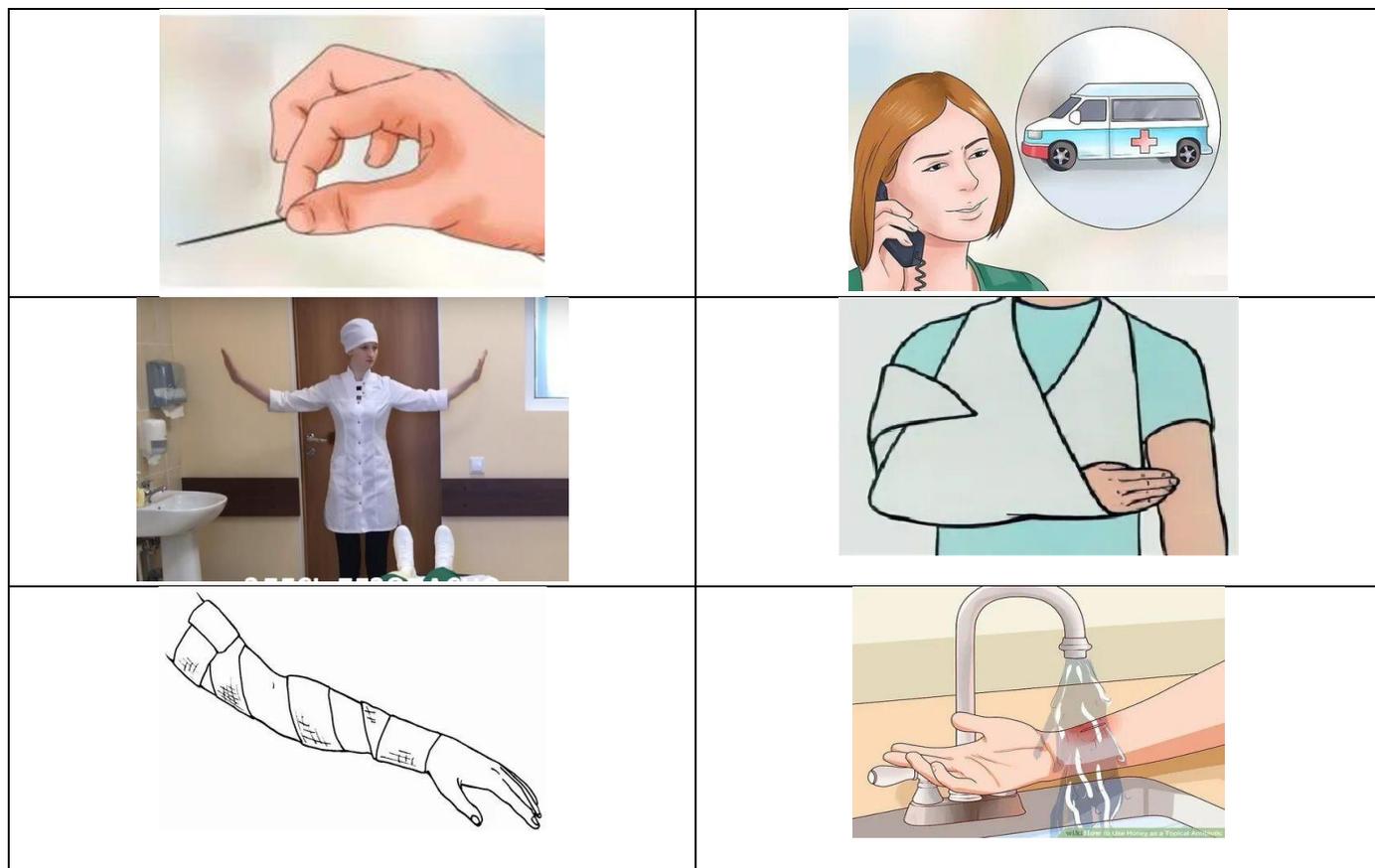
### ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- вскрывать ожоговые пузыри
- отрывать с пораженной поверхности прилипшую одежду
- наносить на пораженные участки мази, жиры

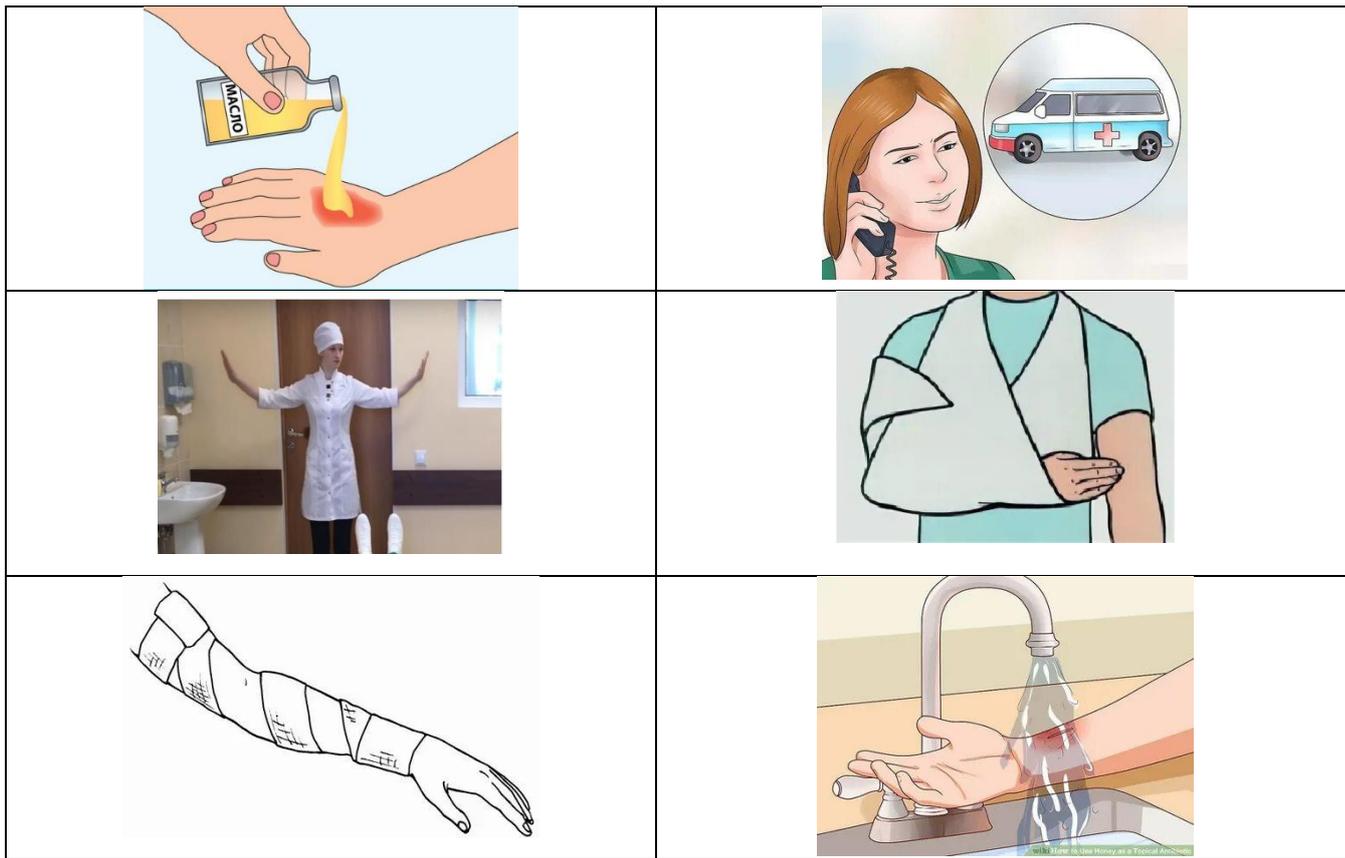
### 🗉 Дидактическая игра «Исключи лишнее: первая помощь при ожогах»

**Условие игры:** выбрать правильную последовательность действий по оказанию первой помощи при поверхностном термическом ожоге и исключить ошибочное действие.

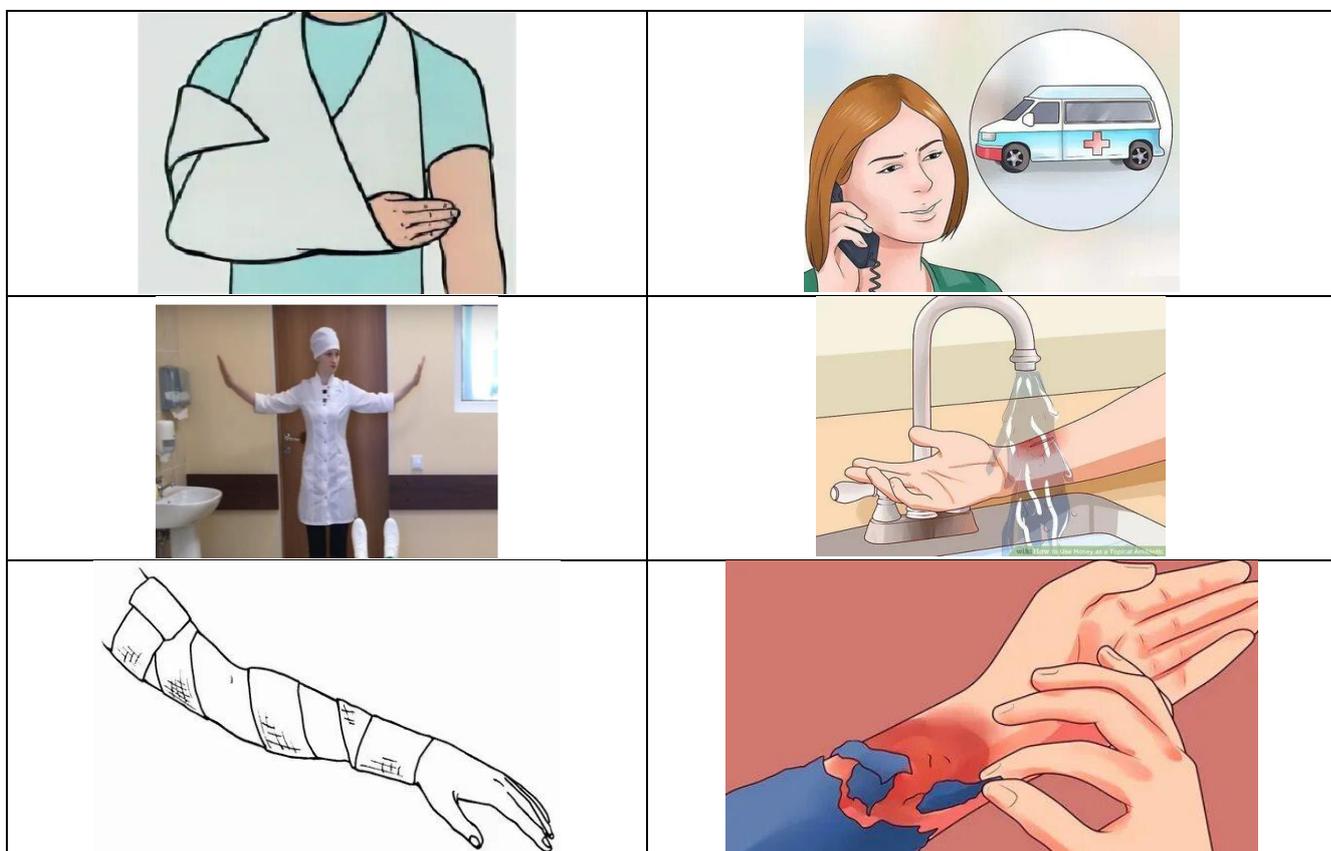
#### Карточка №1



#### Карточка №2



**Карточка №3**



**Литература**

1. Федеральный закон от 06.03.2006 № 35-ФЗ «О противодействии терроризму».
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
3. Указ Президента РФ от 15.02.2006 № 116 «О мерах по противодействию терроризму».
4. Указ Президента РФ от 19.10.2022 № 757 «О мерах, осуществляемых в субъектах Российской Федерации в связи с Указом Президента Российской Федерации от 19 октября 2022 г. № 756».
5. Комплексный план противодействия идеологии терроризма в Российской Федерации на 2024 - 2028 годы (утв. Президентом РФ В. Путиным 30 декабря 2023 г. № Пр-2610).
6. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 3.05.2024 № 220 н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи».
7. Бастрыкин А.И. Современные способы противодействия терроризму и экстремизму / А. И. Бастрыкин // Консультант Плюс. Актуальные проблемы российского права. – 2021. – № 6.
8. Основы защиты от терроризма: учебное пособие / С.Н. Вольхин, В.Г. Ляшко, А.В. Снегирев, В.А. Щербаков. – Москва: Дрофа, 2007. – 123 с. : илл.
9. Терроризм – ты под прицелом: пособие для учащихся. – Москва: Просвещение, 2011. – 56 с. – Колесов Д.В. Остановим терроризм: для учащихся 5-11 кл., студентов, их родителей и учителей / Д.В. Колесов, С.В. Максимов, Я.В. Соколов. – Москва: ИГП РАН, 2012. – 42 с. – (Антитеррор).
10. Терроризм: понятие и противодействие. – 2023 // Консультант Плюс. Артемова, И. В. Антитеррористическая безопасность образовательного учреждения в 2023 году / И. В. Артемова // Консультант Плюс. Советник в сфере образования. – 2023. – № 3.
11. Чернов М.С. Личная безопасность. О поведении при возникновении угрозы совершения террористического акта / М.С. Чернов. – Ставрополь: Издательство СКФУ, 2012. – 52 с.
12. Экстремизм – идеология и основа терроризма: пособие для учащихся. – Москва: Просвещение, 2011. – 47 с.
13. Первая помощь: учебное пособие для преподавателей, обучающихся лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь / Л. И. Дежурный [и др.] – М.: ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Министерства России, 2018. -136 с.
14. Мобильное приложение «МЧС России».

