



Государственное образовательное бюджетное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Кузбасский объединённый учебно-методический центр  
по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям,  
пожарной безопасности» -  
КОУМЦ по ГО и ЧС  
650000, г. Кемерово, ул. Володарского, 11  
тел.: 8(3842) 75-87-89  
электронная почта: 758789@mail.ru

---

## **ПРОГРАММА ПЕРВОНАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПАСАТЕЛЕЙ**

**Кемерово 2024 г.**

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор КОУМЦ по ГО и ЧС

\_\_\_\_\_ Е.А. Сорокина

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

**Программа  
первоначальной  
подготовки спасателей**

**СОГЛАСОВАНО:**

Начальник Департамента  
по чрезвычайным ситуациям  
Кузбасса

\_\_\_\_\_ П.П. Яцухно

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

г. Кемерово

## Содержание

N п/п	Наименование разделов программы	Стр.
1	Пояснительная записка	4
2	Тематический план и содержание Программы	7
3	Условия реализации Программы	24

# **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

## **программы первоначальной подготовки спасателей**

### **1.1 Область применения Программы:**

Программа первоначальной подготовки спасателей (далее – Программа) составлена на основании «Сборника примерных программ по дополнительному профессиональному образованию и профессиональному обучению МЧС России, Том 4. Программы подготовки спасателей», утверждённого Временно исполняющим обязанности Министра Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий генерал-полковником внутренней службы А.П. Чуприяном, 18 апреля 2022 года, в части, касающейся обучения в образовательном учреждении.

Программа предназначена для подготовки граждан, впервые приобретающих статус спасателя, к ведению поисково-спасательных работ. Программа определяет тематику и виды занятий, их содержание, отводимое время, последовательность изучения тем, места проведения занятий.

Программа направлена на получение компетенции, необходимой для выполнения профессиональной деятельности спасателей.

Целью подготовки данной категории является:

- первоначальная подготовка граждан, впервые приобретающих статус спасателя;
- получение компетенций необходимых для ведения поисково-спасательных работ.

Основными задачами Программы являются:

- изучение требований нормативных правовых актов применительно к исполняемым должностным обязанностям (трудовым функциям);
- формирование у обучающихся знаний и навыков при первоочередных аварийно-спасательных работах;
- осознание обучающимися важности своей деятельности и необходимости поддержания уровня личной подготовки, обеспечивающего эффективное выполнение должностных обязанностей;
- формирование личной и профессиональной культуры безопасности.

### **1.2 Требования к результатам освоения Программы:**

В результате изучения настоящего курса обучаемый должен:

**знать:**

- содержание и объем первой помощи пострадавшим в различных чрезвычайных ситуациях, порядок выноса, транспортировки пострадавших

из очагов поражения и их погрузки на транспорт, правила личной и общественной гигиены;

- общие обязанности спасателя при выполнении задачи по тушению пожаров; общие сведения о процессе горения, пожаре и его развитии; общие сведения об основных огнетушащих веществах; общие сведения о пожарно-техническом оборудовании; требования безопасности при спасании людей, эвакуации имущества и выполнении специальных работ на пожаре;
- стрессогенные факторы, воздействующие на спасателей и пожарных при работе в чрезвычайной ситуации;
- приемы бесконфликтного общения;
- общие принципы техник саморегуляции; приемы саморегуляции;
- возможные реакции на стрессовую ситуацию;
- специфические особенности общения с пострадавшими в зоне ЧС;
- способы и приемы конструктивного общения;

**уметь:**

- оказывать первую помощь пострадавшим в различных чрезвычайных ситуациях, выработать у себя психологическую устойчивость к стрессовому воздействию факторов различных чрезвычайных ситуаций (ЧС);
- выработать навыки, развить способности управления своим психологическим состоянием;
- уметь правильно действовать при обнаружении пожара, применять первичные средства пожаротушения, умело использовать ручной механизированный и немеханизированный инструмент, спасать людей с помощью лестниц, веревки и проводить самоспасение при ведении спасательных работ.
- применять полученные знания и навыки в практической деятельности;
- регулировать свое актуальное психическое состояние, используя приемы саморегуляции;

**иметь представление:**

- об основах законодательства в области защиты от ЧС;
- об основных психологических факторах, влияющих на личность и деятельность спасателя;

**1.3 Форма обучения:**

Очная, с отрывом от работы.

**1.4 Количество часов на освоение Программы:**

Спасатели – 113 часов.

**1.5 Периодичность обучения:**

Первоначальная подготовка.

### **1.6 Форма контроля:**

Итоговая аттестация.

Обучение завершается сдачей зачетов по предметам программы. В последующем итоги обучения спасателей в КОУМЦ по ГО и ЧС вместе с итогами обучения их в спасательном формировании представляются в комиссию по аттестации аварийно-спасательных служб, спасательных формирований и спасателей.

### **1.7 Выдаваемые документы:**

Удостоверение установленного образца.

## 2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1 Тематический план Программы

#### Предметы программы обучения в ПСФ и в КОУМЦ по ГО и ЧС

N п/п	Предметы обучения	Обучение в составе ПСФ			Обучение в КОУМЦ по ГО и ЧС		
		Всего	Теоретические занятия	Практические занятия	Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Оказание первой помощи	-	-	-	60	22	38
2	Противопожарная подготовка	-	-	-	30	11	19
3	Психологическая подготовка	-	-	-	20	8	12
4	Экология	-	-	-	3	3	-
5	Специальная (техническая) подготовка	30	14	16	-	-	-
6	Радиационная, химическая и биологическая защита	10	4	6	-	-	-
7	Подготовка по связи	6	2	4	-	-	-
8	Топография	2	-	2	-	-	-
9	Тактико-специальная подготовка	52	12	40	-	-	-
10	Физическая подготовка	60	-	60	-	-	-
	Итого	160	32	128	113	44	69

## 2.2 Содержание Программы

### ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

#### Учебно-тематический план

№ темы	Наименование темы	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Медико-тактическая характеристика очагов аварий, катастроф и стихийных бедствий.	1	1	-
2	Первая помощь. Юридические основы прав и обязанностей спасателей при ее оказании.	1	1	-
3	Основы анатомии и физиологии человека.	4	4	-
4	Средства оказания первой помощи.	2	-	2
5	Первая помощь при ранениях.	10	2	8
6	Первая помощь при кровотечениях. Десмургия.	6	-	6
7	Первая помощь при травматическом шоке.	2	-	2
8	Первая помощь при потере сознания и утоплениях.	3	1	2
9	Первая помощь при вывихах и переломах костей	6	2	4
10	Основы сердечно-легочной реанимации.	4	1	3
11	Первая помощь при синдроме длительного сдавливания.	2	-	2
12	Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур.	2	-	2
13	Первая помощь при отморожениях и воздействии низких температур.	2	-	2
14	Первая помощь при поражениях отравляющими и аварийными химически опасными веществами (АХОВ).	2	2	-
15	Первая помощь при радиационных поражениях	2	-	2
16	Основы гигиенических знаний.	2	1	1
17	Основы эпидемиологии.	2	2	-
18	Вынос и транспортировка пострадавших из очагов поражения.	3	1	2
	Зачет	4	4	-
	Итого	60	22	38

## 1. Введение

Деятельность спасателей включает не только осуществление действий по тушению пожаров, проведение первоочередных аварийно-спасательных работ, но и спасение людей, оказание первой помощи.

В связи с этим, целью изучения предмета является:

- повышение уровня подготовки спасателей путем приобретения основ знаний по оказанию первой помощи, обеспечивающих выбор оптимальных средств и методов защиты и спасения пострадавших и, таким образом, снижение числа людских потерь.
- овладение алгоритмами оказания первой помощи пострадавшим, освоение правил и приемов защиты (самосохранения).

Прошедшие подготовку должны:

- **знать** содержание и объем первой помощи пострадавшим в различных чрезвычайных ситуациях, порядок выноса, транспортировки пострадавших из очагов поражения и их погрузки на транспорт, правила личной и общественной гигиены;
- **уметь** оказывать первую помощь пострадавшим в различных чрезвычайных ситуациях, выработать у себя психологическую устойчивость к стрессовому воздействию факторов различных чрезвычайных ситуаций (ЧС);
- выработать навыки, развить способности управления своим психологическим состоянием при оказании первой помощи.

### Содержание тем предмета «Оказание первой помощи»

#### **Тема 1. Медико-тактическая характеристика очагов аварий, катастроф и стихийных бедствий**

**Занятие 1. Теоретическое занятие – 1 час.** Авария, катастрофа, стихийное бедствие: определение понятий, классификация и характеристика. Поражающие факторы: механический, термический, химический, радиационный, биологический, психогенный. Медико-тактические характеристики.

#### **Тема 2. Первая помощь. Юридические основы прав и обязанностей спасателей при ее оказании**

**Занятие 1. Теоретическое занятие – 1 час.** Виды медицинской помощи. Задачи и объем первой помощи. Обязанности спасателя по оказанию первой помощи. Юридические основы прав и обязанностей спасателя при оказании первой помощи. Понятие о медицинской сортировке, эвакуации. Санитарные потери, их величина и структура.

### **Тема 3. Основы анатомии и физиологии человека**

**Занятие 1.** *Теоретическое занятие – 2 часа.* Понятие об анатомии и физиологии человека. Понятие об органах, системах организма. Скелет и его функции. Кости головы, конечностей, таза, позвоночник, грудная клетка, суставы верхних и нижних конечностей. Мышечная система, сухожилия.

**Занятие 2.** *Теоретическое занятие – 2 часа.*

Понятие о кровообращении. Количество крови в организме человека, ее свертываемость. Значение своевременной остановки кровотечения.

Органы кровообращения: сердце, сосуды, их строение. Работа сердца. Главнейшие артерии верхних и нижних конечностей, сонная артерия. Определение мест прижатия важнейших артерий.

### **Тема 4. Средства оказания первой помощи**

**Занятие 1.** *Практическое занятие – 2 часа.* Назначение аптечки индивидуальной, пакета перевязочного медицинского индивидуального (ППМИ), сумки медицинской санитарной, пакета противохимического индивидуального (ИПП), перевязочного материала.

ППМИ, его устройство, состав, правила вскрытия. Наложение окклюзионных повязок с его помощью.

Аптечка индивидуальная. Состав, правила пользования. Использование содержимого аптечки индивидуальной: для обезболивания, при отравлении фосфорорганическими отравляющими веществами (ФОВ), для профилактики лучевых поражений, при первичной реакции ОЛБ, для профилактики инфекционных заболеваний.

Виды перевязочного материала: марля, бинты, косынки, индивидуальный перевязочный материал, салфетки.

ИПП, его устройство, состав и правила пользования.

### **Тема 5. Первая помощь при ранениях**

**Занятие 1.** *Теоретическое занятие – 2 часа.* Общее понятие о закрытых и открытых повреждениях. Понятие о ране, опасность ранения (кровотечение, загрязнение раны, повреждение жизненно важных органов). Проникающие ранения черепа, груди, живота. Симптомы, первая помощь. Понятие об асептике. Правила обращения со стерильным материалом. Понятие об антисептике. Первичная повязка.

**Занятие 2.** *Практическое занятие – 2 часа.* Повязки на голову и шею, на глаза, лоб, ухо, волосистую часть головы, нижнюю челюсть, подбородок. Наложение повязок в порядке само- и взаимопомощи. Сетчато-трубчатые повязки.

**Занятие 3.** *Практическое занятие – 2 часа.* Повязки на грудь, живот и промежность. Особенности оказания первой помощи и наложение окклюзионной повязки при проникающих ранениях грудной клетки с открытым пневмотораксом и живота. Наложение повязок в порядке само- и взаимопомощи.

**Занятие 4.** *Практическое занятие – 2 часа.* Повязки на верхние и нижние конечности. Повязка на верхние конечности: область плечевого сустава, плеча, локтевого сустава, кисти, пальцев.

**Занятие 5.** *Практическое занятие – 2 часа.* Повязка на нижние конечности: паховую область, верхнюю часть бедра, тазобедренный сустав, среднюю часть бедра, коленный сустав, голень, голеностопный сустав, стопу. Особенности наложения повязок зимой. Наложение повязок в порядке само- и взаимопомощи.

## **Тема 6. Первая помощь при кровотечениях. Десмургия**

**Занятие 1.** *Практическое занятие – 2 часа.* Кровотечение, его виды, способы временной остановки кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение давящей повязки, закрутка жгута. Максимальное сгибание конечности. Правильность наложения жгута. Изготовление жгута из подручных средств. Первая помощь при кровотечении из внутренних органов.

**Занятие 2.** *Практическое занятие – 1 часа.* Тренировка в наложении повязок, жгута, первой помощи при внутреннем кровотечении.

**Занятие 3.** *Практическое занятие – 2 часа.* Тренировка в наложении повязок при ранениях брюшной и грудной полостей, наложение повязки «чепец», «шапочки Гиппократ», наложение повязок при ранении в область сердца, наложение повязок при сквозных артериальных и венозных ранениях конечностей.

**Занятие 4.** *Практическое занятие – 1 час.* Комбинированное использование жгута и повязок при сочетанных ранениях.

## **Тема 7. Первая помощь при травматическом шоке**

**Занятие 1.** *Практическое занятие – 2 часа.* Понятие о травматическом шоке, его признаки, причины, профилактика. Первая помощь при шоке.

## **Тема 8. Первая помощь при потере сознания и утоплениях**

**Занятие 1.** *Теоретическое занятие – 1 час.* Острая коронарная недостаточность. Инфаркт миокарда, кардиогенный шок. Острая сосудистая недостаточность. Асфиксия (механическая). Утопление. Острые нарушения мозгового кровообращения. Коматозные состояния. Симптомы. Первая помощь.

**Занятие 2.** *Практическое занятие – 2 часа.* Способы оказания первой помощи при острых заболеваниях.

## **Тема 9. Первая помощь при вывихах и переломах костей**

**Занятие 1.** *Теоретическое занятие – 1 час.* Причины, признаки ушибов, растяжений и вывихов. Оказание первой помощи. Ушибы мягких тканей в сочетании с переломами костей.

**Занятие 2.** *Теоретическое занятие – 1 час.* Понятие о переломах. Виды и признаки переломов. Виды транспортных шин, подручные средства. Способы оказания первой помощи при переломах костей конечностей.

**Занятия 3.** *Практическое занятие – 2 часа.* Способы оказания первой помощи при вывихах, переломах конечностей, ребер, костей черепа, позвоночника и таза.

**Занятия 4.** *Практическое занятие – 2 часа.* Способы транспортировки при различных переломах.

## **Тема 10. Основы сердечно-легочной реанимации**

**Занятие 1.** *Теоретическое занятие – 1 час.* Понятие о реанимации. Терминальные состояния, признаки клинической и биологической смерти. Объем и последовательность реанимационных мероприятий.

**Занятие 2.** *Практическое занятие – 3 часа.* Проведение искусственного дыхания методами «рот в рот», «рот в нос». Методы элементарной сердечно-легочной реанимации одним и двумя спасателями.

## **Тема 11. Первая помощь при синдроме длительного сдавливания**

**Занятие 1.** *Практическое занятие – 2 часа.* Понятие о синдроме длительного сдавливания. Вид компрессии (раздавливание, прямое сдавливание, позиционное сдавливание), локализация, сочетание повреждения мягких тканей, осложнения, степени тяжести, периоды компрессии, комбинации с другими поражениями, классификация компрессивного синдрома. Ишемия конечности, классификация, некроз конечности. Клинические признаки ишемии. Прогноз. Определение комбинированных поражений конечностей. Особенности оказания первой помощи. Правила освобождения пострадавших из-под развалин. Профилактика осложнений.

## **Тема 12. Первая помощь при ожогах и воздействии высоких температур**

**Занятие 1.** *Практическое занятие – 2 часа.* Ожоги, их причины, признаки, виды и классификация. Профилактика ожогов.

Первая помощь при ожогах. Ожоги от воздействия агрессивных сред, особенности оказания первой помощи. Действия при ожогах верхних дыхательных путей. Их признаки и особенности.

### **Тема 13. Первая помощь при отморожениях и воздействии низких температур**

**Занятие 1.** *Практическое занятие – 2 часа.* Отморожение, причины, признаки, виды и классификация. Профилактика отморожений.

Первая помощь при отморожениях. Общее охлаждение, особенности оказания первой помощи.

### **Тема 14. Первая помощь при поражениях отравляющими и аварийными химически опасными веществами (АХОВ)**

**Занятие 1.** *Теоретическое занятие – 2 часа.* Отравляющие и аварийные химические опасные вещества, их классификация по действию на организм человека. Признаки поражения. Средства защиты. Оказание первой помощи. Антидоты. Особенности оказания первой помощи при отравлении продуктами горения. Использование аптечки индивидуальной, антидотная терапия.

### **Тема 15. Первая помощь при радиационных поражениях**

**Занятие 1.** *Практическое занятие – 2 часа.* Лучевая болезнь, ее начальные признаки. Оказание первой помощи. Особенности оказания первой помощи пораженным на загрязненной местности. Использование аптечки индивидуальной. Профилактические мероприятия, способствующие увеличению сопротивляемости организма спасателя к воздействию проникающей радиации в очаге поражения.

### **Тема 16. Основы гигиенических знаний**

**Занятие 1.** *Теоретическое занятие – 1 час.* Личная гигиена и ее значение в сохранении здоровья спасателя. Знание мероприятий по защите человека от радиоактивных, отравляющих веществ и бактериальных средств. Гигиена одежды, обуви, снаряжения. Меры защиты продуктов питания от порчи, загрязнения, заражения. Определение зараженности тары, продуктов.

**Занятие 2.** *Практическое занятие – 1 час.* Требования, предъявляемые к качеству воды, потребность ее для организма. Обеззараживание воды во флягах с помощью таблеток.

Размещение в полевых условиях, выбор места. Утепление, отопление, вентиляция и уборка помещений, в которых размещаются спасатели. Оборудование туалетов.

### **Тема 17. Основы эпидемиологии**

**Занятие 1.** *Теоретическое занятие – 2 часа.* Инфекционные заболевания, источники, причины, пути распространения. Возбудители инфекционных заболеваний. Пути заражения: контактный, пищевой, водный, капельно-пылевой,

трансмиссивный. Понятие об особо опасных инфекциях, эпидемии. Работа спасателя в очагах особо опасных инфекций.

## **Тема 18. Вынос и транспортировка пострадавших из очагов поражения**

**Занятие 1.** *Теоретическое занятие – 1 час.* Размещение типового санитарного оборудования на транспортных средствах (в железнодорожных вагонах, самолетах, автобусах, автомашинах, на теплоходах). Погрузка и размещение пострадавших внутри транспортных средств.

**Занятие 2.** *Практическое занятие – 2 часа.* Применение штатных и подручных средств для осуществления транспортировки пострадавших. Носилки, их виды, ляжки, их использование. Вынос пострадавших с использованием подручных средств, на руках, спине. Переноска пострадавших одним или двумя спасателями.

# ПРОТИВОПОЖАРНАЯ ПОДГОТОВКА

## Учебно-тематический план

№ темы	Наименование темы	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
<b>I. Пожарно-тактическая подготовка</b>				
1	Общие сведения о процессе горения, пожаре и его развитии	1	1	-
2	Пожарная тактика и ее задачи. Разведка пожара. Действия спасателя при спасании людей	1	1	-
3	Тушение пожара. Действия спасателя при тушении пожара	4	2	2
	Итого	6	4	2
<b>II. Пожарная техника</b>				
1	Общие сведения о пожарных автомобилях основного и специального назначения	4	2	2
2	Пожарное оборудование, вывозимое на пожарных автомобилях	6	2	4
3	Первичные средства пожаротушения	2	1	1
4	Средства индивидуальной защиты органов дыхания (СИЗОД)	2	2	-
	Итого	14	7	7
<b>III. Пожарно-строевая подготовка</b>				
1	Упражнения с пожарно-техническим вооружением	4	-	4
2	Спасание людей на пожарах и самоспасание	4	-	4
	Итого	8	-	8
	Зачет	2	-	2
	Всего	30	11	19

### 1. Введение

Предмет «Противопожарная подготовка» должен дать знания и умения по пожарно-тактической, пожарно-строевой подготовке, пожарной технике.

Прошедшие обучение должны:

- **знать** общие обязанности спасателя при выполнении задачи по тушению пожаров; общие сведения о процессе горения, пожаре и его развитии; общие сведения об основных огнетушащих веществах; общие сведения о

пожарно-техническом оборудовании; требования безопасности при спасании людей, эвакуации имущества и выполнении специальных работ на пожаре;

- **уметь** правильно действовать при обнаружении пожара, применять первичные средства пожаротушения, умело использовать ручной механизированный и немеханизированный инструмент, спасать людей с помощью лестниц, веревки и проводить самоспасение при ведении спасательных работ.

## **Содержание тем предмета «Противопожарная подготовка»**

### **I. Пожарно-тактическая подготовка**

#### **Тема 1. Общие сведения о процессе горения, пожаре и его развитии**

**Занятие 1. Теоретическое занятие – 1 час.** Процесс горения, пожар и его развитие. Характер горения наиболее распространенных горючих веществ: древесины, торфа, легковоспламеняющихся (ЛВЖ) и горючих жидкостей (ГЖ), газов, лаков и красок, бумаги, полимерных и волокнистых материалов, смол, горючих смесей паров, газов и пыли с воздухом.

Общее понятие о пожаре и краткая характеристика явлений, происходящих на пожаре. Способы прекращения горения.

Классификация основных огнетушащих средств, общие сведения о них: виды, краткая характеристика, области и условия применения.

#### **Тема 2. Пожарная тактика и ее задачи. Разведка пожара. Действия спасателя при спасании людей**

**Занятие 1. Теоретическое занятие – 1 час.** Роль и общие обязанности спасателей при выполнении задачи по тушению пожаров. Виды действий по тушению пожаров. Характерные ошибки, допускаемые при ведении действий по тушению пожаров.

Разведка пожара, ее цели и задачи. Действия спасателя при ведении разведки, отыскании людей в задымленных помещениях, спасании людей и эвакуации имущества на пожаре. Правила открывания дверей в горящие помещения, эвакуации людей и материальных ценностей. Определение путей эвакуации. Вскрытие конструкций для создания условий эвакуации, требования безопасности при ведении разведки пожара и спасании людей.

#### **Тема 3. Тушение пожара. Действия спасателя при тушении пожара**

**Занятие 1. Теоретическое занятие – 1 час.** Понятие о локализации и ликвидации пожара. Характер действий по тушению пожаров на каждом этапе.

Особенности действий по тушению пожаров при недостатке сил и средств.

Определение боевых участков на пожаре, способы подачи огнетушащих средств (водяных, пенных и порошковых стволов) и работа с ними. Способы подачи огнетушащих средств в очаг пожара на охлаждение (защиту) конструкций. Создание водяных завес для защиты личного состава от лучистой теплоты. Способы подачи пенных стволов (в подвалы, пустоты перекрытий и перегородок, на горящую поверхность ЛВЖ и ГЖ). Требования безопасности при работе со стволами.

Особенности работы в задымленных помещениях и требования безопасности. Требования безопасности при тушении пожара и разборке конструкций. Способы прокладки рукавных линий.

**Занятие 2. Практическое занятие – 2 часа.** Приемы и способы вскрытия и разборки конструкций на пожаре.

**Занятие 3. Теоретическое занятие – 1 час.** Виды лесных пожаров. Разведка лесного пожара. Тактика тушения лесных и торфяных пожаров. Требования безопасности.

## **II. Пожарная техника**

### **Тема 1. Общие сведения о пожарных автомобилях основного и специального назначения**

**Занятие 1. Групповое занятие – 2 часа.** Назначение и тактико-технические характеристики автоцистерн пожарных, рукавных автомобилей, автомобилей пенного и порошкового пожаротушения. Схемы боевого развертывания.

Назначение и тактико-технические характеристики пожарных мотопомп. Схемы боевого развертывания.

**Занятие 2. Практическое занятие – 2 часа.** Занятие на пожарной цистерне с показом основных агрегатов, узлов, оборудования. Их расположение и назначение.

### **Тема 2. Пожарное оборудование, вывозимое на пожарных автомобилях**

**Занятие 1. Групповое занятие – 2 часа.** Назначение пожарных рукавов, рукавного оборудования и стволов. Средства и способы защиты от высоких температур и теплового излучения: теплозащитные, теплоотражательные костюмы, их эксплуатация. Требования безопасности при работе с пожарным и аварийно-спасательным оборудованием.

**Занятие 2. Практическое занятие – 2 часа.** Ручной немеханизированный и механизированный инструмент. Гидроинструмент и пневмоинструмент.

**Занятие 3. Практическое занятие – 2 часа.** Приемы работы с механизированным, немеханизированным, электрифицированным и пневмоинструментом. Требования безопасности.

### **Тема 3. Первичные средства пожаротушения**

**Занятие 1.** *Теоретическое занятие – 1 час.* Назначение, виды, область применения, состав огнетушащего вещества, маркировка огнетушителей, сроки перезарядки.

**Занятие 2.** *Практическое занятие – 1 час.* Приведение огнетушителей в действие, требования безопасности.

### **Тема 4. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (СИЗОД)**

**Занятие 1.** *Теоретическое занятие – 2 часа.* Назначение, тактико-техническая характеристика, устройство изолирующих противогазов и дыхательных аппаратов и приемы работы в задымленных помещениях.

## **III. Пожарно-строевая подготовка**

### **Тема 1. Упражнения с пожарно-техническим вооружением**

**Занятие 1.** *Практическое занятие – 2 часа.* Прокладка рукавных линий из скаток, с рукавной катушки. Уборка рукавных линий. Подъем рукавной линии на высоту с помощью спасательной веревки и по пожарной лестнице. Нарращивание действующей рукавной линии. Работа с действующими стволами стоя, с колена, лежа, маневрирование стволами. Особенности работы с рукавами и стволами при подаче воды в зимнее время.

**Занятие 2.** *Практическое занятие – 2 часа.* Упражнения с ручными пожарными лестницами (снятие, переноска, установка и укладка на автомобиль). Использование ручных пожарных лестниц как вспомогательного оборудования при спасении людей и выполнении других работ при тушении. Требования безопасности. Команды. Сигналы управления.

### **Тема 2. Спасание людей на пожарах и самоспасание**

**Занятия 1 и 2.** *Практические занятия – по 2 часа.* Отработка приемов и способов спасания людей на пожаре. Вязка одинарной и двойной спасательной петли без надевания и с надеванием ее на пострадавшего. Спасание пострадавшего с этажей учебной башни. Спасание и эвакуация людей, получивших травмы. Самоспасание с этажей учебной башни с помощью спасательной веревки, лестниц. Требования безопасности. Команды. Сигналы управления.

# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА

## Учебно-тематический план

№ темы	Наименования разделов и тем	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
<b>I. Психологические основы профессиональной деятельности спасателя</b>				
1	Вводная лекция. Психологическая составляющая профессиональной деятельности спасателя. Психологические факторы, влияющие на личность и деятельность спасателя при ЧС. Мотивационный компонент психологической готовности специалиста к работе в ЧС. Система психологической подготовки спасателей	2	2	-
2	Стресс. Виды стресса. Профессиональный стресс. Стратегии совладания. Травматический стресс. Накопленный стресс. Последствия стресса	4	2	2
3	Профессиональное здоровье. Профессионально важные качества. Профессиональная идентификация. Профессиональные деструкции. Деадаптивные психические состояния	4	4	-
4	Общение. Компоненты общения. Бесконфликтное общение. Приёмы конструктивного общения. Общение с пострадавшими	2	-	2
5	Методы и приемы саморегуляции	4	-	4
	Зачет	4	-	4
	Итого	20	8	12

### 1. Введение

При ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, а также в процессе несения дежурства, спасатели могут испытывать стрессовые ситуации, являющиеся следствием как внутреннего, так и внешнего воздействия.

В связи с этим, целью изучения предмета является: приобретения спасателями основ психологической подготовки, обеспечивающих выбор оптимальных средств и методов защиты от разного рода стрессовых ситуаций, а также возможного оказания психологической поддержки населению.

Прошедшие подготовку должны:

**знать:**

- стрессогенные факторы, воздействующие на спасателей и пожарных при работе в чрезвычайной ситуации;
- приемы бесконфликтного общения;
- общие принципы техник саморегуляции; приемы саморегуляции;
- возможные реакции на стрессовую ситуацию;
- специфические особенности общения с пострадавшими в зоне ЧС;
- способы и приемы конструктивного общения;
- **уметь:**
- применять полученные знания и навыки в практической деятельности;
- регулировать свое актуальное психическое состояние, используя приемы саморегуляции;
- **иметь представление:**
- об основных психологических факторах, влияющих на личность и деятельность спасателя;
- об индивидуальных особенностях реагирования людей на стресс; психологическом и физиологическом видах стресса; общем адаптационном синдроме и его стадиях; механизмах адаптации;
- об особенностях проявления и развития профессионального стресса и стратегиях совладения с ним;
- о видах общения;
- о бесконфликтном общении;
- о роли бесконфликтного общения в профессиональной деятельности;
- о психологическом определении понятия «кризис»; травматических кризисах;
- событиях, провоцирующих кризисные состояния;
- об общих принципах оказания экстренной психологической помощи пострадавшим при ЧС;
- о методах саморегуляции.

## **Содержание тем предмета «Психологическая подготовка»**

### **Раздел I. Психологические основы профессиональной деятельности спасателя**

**Тема 1. Вводная лекция. Психологическая составляющая профессиональной деятельности спасателя. Психологические факторы, влияющие на личность и деятельность спасателя при ЧС. Мотивационный компонент психологической готовности специалиста к работе в ЧС. Система психологической подготовки спасателей**

*Теоретическое занятие – 2 часа.* Становление и развитие спасательного дела в России и Кузбассе.

Психологическая составляющая профессиональной деятельности спасателя.

Психологические факторы, влияющие на личность и деятельность спасателя при ЧС. Мотивационный компонент психологической готовности специалиста к работе в ЧС.

Система психологической подготовки спасателей.

## **Тема 2. Стресс. Виды стресса. Профессиональный стресс. Стратегии совладания. Травматический стресс. Накопленный стресс. Последствия стресса**

*Теоретическое занятие – 2 часа и практическое занятие – 2 часа.* Понятие «Стресс». Виды стресса. Индивидуальные особенности реагирования людей на стресс. Общий адаптационный синдром и его стадии. Механизмы адаптации. Стратегии совладания.

Травматический стресс и причины его возникновения. Накопленный стресс – основные понятия.

Профессиональный стресс. Стрессогенные факторы, воздействующие на спасателей и пожарных при работе в чрезвычайной ситуации.

Последствия стресса: дезадаптивные психические состояния, ОСР, эмоциональное заражение.

Отставленные последствия стресса: кризисы, зависимое поведение, суицидальное поведение, психосоматические заболевания, ПТСР.

## **Тема 3. Профессиональное здоровье. Профессионально важные качества. Профессиональная идентификация. Профессиональные деструкции. Дезадаптивные психические состояния**

*Теоретическое занятие – 4 часа.* Профессиональное здоровье. Этапы профессионального становления. Профессионально важные качества спасателя.

Профессиональная идентификация.

Профессиональные деструкции. Тенденции развития профессиональных деструкций.

Дезадаптивные психические состояния в профессиональной деятельности спасателя.

## **Тема 4. Общение. Компоненты общения. Бесконфликтное общение. Приемы конструктивного общения. Общение с пострадавшими**

*Практическое занятие – 2 часа.* Общение. Виды общения. Компоненты общения: вербальное, невербальное, паравербальное. Приёмы бесконфликтного общения. Приёмы конструктивного общения. Общие принципы общения с пострадавшими.

## **Тема 5. Методы и приемы саморегуляции**

*Практическое занятие – 4 часа.* Система профилактики профессионального стресса. Приемы и методы саморегуляции.

Значение дыхания. Виды дыхания. Дыхательная гимнастика. Приемы концентрации внимания. Нервно-мышечная релаксация. Снижение мышечного напряжения, субъективного ощущения тревоги. Визуализация. Самовнушение. Использование биологически активных точек (БАТ).

## ЭКОЛОГИЯ

### Учебно-тематический план

N темы	Наименование темы	Общее количество часов	Теоретические занятия	Практические занятия
1	Тема 1. Экология. Основы экологической безопасности и ее требования в деятельности ПСФ	3	3	-
	Итого	3	3	-

#### 1. Введение

При работах, связанных с загрязнением окружающей природной среды, спасателям необходимо принимать меры к недопущению такого загрязнения, выполнять требования по охране окружающей природной среды.

Цель изучения предмета:

получение спасателями знаний и умений по основам экологии, необходимых при выполнении своих профессиональных обязанностей.

Прошедшие обучение должны:

- **знать** основы экологической безопасности и ее требования в повседневной деятельности поисково-спасательных формирований (ПСФ), меры ответственности спасателей за нарушение экологической безопасности.
- **уметь** выполнять требования экологической безопасности в повседневной деятельности: при выполнении работ с пожароопасными и взрывоопасными, аварийно химически опасными, радиоактивными веществами и при перевозке опасных грузов.

#### Содержание темы предмета «Экология»

**Тема 1. Экология. Основы экологической безопасности и ее требования в деятельности ПСФ и спасателей.**

*Теоретическое занятие – 3 часа.* Общие понятия об экологии, экосистемах, экологических факторах и загрязнениях окружающей среды.

Соблюдение требований по охране окружающей природной среды при эксплуатации вооружения, техники, в ходе занятий по подготовке и при проведении работ с вредными, огнеопасными, взрывчатыми, ядовитыми и радиоактивными веществами. Основные правила предотвращения возникновения чрезвычайных ситуаций с экологическими последствиями при эксплуатации вооружения, техники, в ходе подготовки и при проведении работ с АХОВ.

Ответственность спасателей за нарушения экологических норм в окружающей природной среде.

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

#### 3.1 Требования к материально-техническому обеспечению

Материально-техническое обеспечение реализации Программы включает:

- учебный класс;
- компьютерный класс;
- мультимедийный проектор, экран;
- ноутбук с подключённым к нему телевизором;
- тренажёры, средства и оборудование для проведения занятий по основам оказания первой помощи;
- макеты и оборудование для проведения занятий по противопожарной подготовке;
- плакаты;
- презентации лекций.

#### 3.2 Информационное обеспечение обучения

1. Федеральный закон от 22 августа 1995 г. N 151-ФЗ «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей».
2. Постановление Правительства РФ от 22 дек. 2011 г. N 1091 «О некоторых вопросах аттестации аварийно-спасательных служб, аварийно-спасательных формирований, спасателей и граждан, приобретающих статус спасателей».
3. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 3 мая 2024 г. N 220н «Об утверждении Порядка оказания первой помощи».
4. Туркевич М. Поисково-спасательные работы в горах/ под общ. ред. Ю.Л. Воробьева. М.: МЧС России, 2000.
5. Учебник спасателя/ С.К. Шойгу, М.И. Фалеев, Г.Н. Кириллов [и др.]; под общ. ред. Ю.Л. Воробьева. Краснодар: Советская Кубань, 2002.
6. Руководство по организации, управлению и взаимодействию при выполнении спасательных работ на месте дорожно-транспортного происшествия. М.: ЗАО НПК «ИРНИТ», 2007.
7. Гражданская защита: энциклопедия. М.: Московская типография N 2, 2006.
8. Методическое руководство по подготовке руководителей субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. М.: МЧС России, 2005.
9. Психологический словарь/ под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. М.: Педагогика-пресс, 1998.
10. Охрана труда спасателя/ С.К. Шойгу, С.М. Кудинов, А.Ф. Неживой, А.В. Герокарис. М., 1998.
11. Катастрофы конца XX века / под общ. ред. В.А. Владимирова. М.: УРСС, 1998.
12. Охрана труда спасателей МЧС России/ под ред. Ю.Л. Воробьева. М., 1998.
13. Руководство по выполнению спасательных и других неотложных работ

- в условиях завалов и разрушения зданий и сооружений. М.: ВНИИ ГОЧС, 1994.
14. Справочное пособие по ведению спасательных работ. М.: ВНИИ ГОЧС, 1993.
  15. Справочник спасателя. Кн. 1–12. М.: ВНИИ ГОЧС, 2008.
  16. Нормы радиационной безопасности НРБ-96. М.: Госкомсанэпиднадзор, 1996.
  17. Основы управления в чрезвычайных ситуациях. Новогорск.: АГЗ, 1996.
  18. Аварийно-спасательные работы при ликвидации последствий дорожно-транспортных происшествий/ Л.Г. Одинцов, Е.А. Хапалов, В.Г. Бубнов [и др.]. М.: ФГУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 2001.
  19. Спасательные и другие неотложные работы при пожарах. М.: ФГУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 1995.
  20. Спасательные работы по ликвидации последствий радиоактивных загрязнений/ Б.А. Галушкин, С.Г. Азаров, Н.С. Багаев [и др.]. М.: ФГУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 1995.
  21. Спасательные работы по ликвидации последствий химического заражения/ Ю.А. Абрамов, С.М. Вороной, М.И. Вобликова [и др.]. М.: ФГУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 1995.
  22. Спасательные работы при ликвидации последствий землетрясений, взрывов, бурь, смерчей и тайфунов/ С.М. Вороной, А.Ф. Дарменко, С.П. Коряжин [и др.]. М.: ФГУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 1995.
  23. Спасательные работы при ликвидации последствий наводнений, затоплений и цунами/ Ю.А. Филатов, Э.И. Мажуховский, С.М. Вороной [и др.]. М.: ФГУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 1995.
  24. Одинцов Л.Г., Курсаков А.В., Щетинин С.В. Спасательные работы при ликвидации последствий обвалов, оползней, селей, снежных лавин. М.: ФГУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 2009.
  25. Технология ведения аварийно-спасательных работ при ликвидации чрезвычайных ситуаций/ Л.Г. Одинцов, С.П. Чумак, А.Ю. Виноградов [и др.]. М.: МЧС России, ФГУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 2011.
  26. Легошин А.Д., Фалеев М.И. Международные спасательные операции. Особенности проведения и технологий. М.: Аякс; Пресс, 2001. 192 с.
  27. Михайлов Л.А., Соломин В.П. Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и защита от них: учебник для вузов / под ред. Л.А. Михайлова. СПб.: Питер, 2008. 235 с.
  28. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных: учеб. пособие/ под общ. ред. Ю.С. Шойгу. М.: Центр экстренной психологической помощи, 2009. 320 с.
  29. Способы автономного выживания человека в природе: учебник для вузов/ под ред. Л.А. Михайлова. СПб.: Питер, 2008. 271 с.