

НАО «Костанайский  
региональный университет  
имени Ахмет  
Байтұрсынұлы»



УТВЕРЖДАЮ  
И.о Председателя Правления –  
Ректора

Е. Исакаев  
«14» ноября 2023 г.

ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
курсов повышения квалификации педагогов  
«Обеспечение безопасности при организации физкультурно-спортивной  
деятельности. Первая помощь»  
для обучения учителей физической культуры, тренеров организаций среднего,  
среднего специального и дополнительного образования с русским языком  
обучения

Рассмотрено на заседании  
комиссии по программам  
повышения квалификации  
педагогов,  
Протокол №2 от 27.09.2023 г.

Костанай, 2023

**Авторы программы:**

Огиенко Н.А., кандидат педагогических наук;

Бикташева Г.Ш., доцент ВАК кафедры теории и практики физической культуры и спорта;

Мальшакова В.В., старший преподаватель кафедры теории и практики физической культуры и спорта.

**Программа разработана с учетом:**

- требований Государственных общеобязательных стандартов высшего и послевузовского образования, утвержденных приказом Министра науки и высшего образования Республики Казахстан от 20 июля 2022 года № 2;

- требований Государственных общеобязательных дошкольного воспитания и обучения, начального, основного среднего и общего среднего, технического и профессионального, послесреднего образования, утвержденных приказом Министра просвещения Республики Казахстан от 3 августа 2022 года № 348.

## **1. Общие положения**

Программа направлена на формирование профессиональных компетенций и их совершенствование учителей, тренеров, педагогов основного и дополнительного образования при освоении важного раздела знаний «Обеспечение безопасности физкультурно-спортивной деятельности». Для выработки идеологии безопасности, формирования безопасного мышления и поведения. Данный курс предполагает знание содержания документов, регламентирующих безопасность на практических занятиях по физической культуре, как преподавателями, так и учащимися, а также выполнение предъявляемых этими документами требований, является основополагающим в эффективном и безопасном проведении занятий и других мероприятий в физкультурно-спортивной отрасли.

Данный курс обеспечивает допуск к проведению занятий согласно п.8 Приказа Министра здравоохранения Республики Казахстан от 15 декабря 2020 года № ҚР ДСМ-269/2020. «Об утверждении Правил оказания первой помощи лицами без медицинского образования, в том числе прошедшими соответствующую подготовку и Стандарта оказания первой помощи.» «п.8. Контингент лиц без медицинского образования, подлежащих обязательному прохождению курсов первой помощи:..... 8) работники организаций образования (преподаватели всех видов учебных заведений, сотрудники дошкольных и учебно-воспитательных учреждений);..... Вновь принимаемые на работу лица проходят обучение по оказанию первой помощи пострадавшим в сроки, установленные работодателем (или уполномоченным им лицом), но не позднее одного месяца после приема на работу.»

Программа не задается целью рассмотрения вопросов методики преподавания в части применения технологий обучения, но изложение содержания обеспечения безопасности учебного процесса подразумевает их методику преподавания через разработку методических рекомендаций к каждому уроку и качество их подачи. Программа рассчитана к реализации в течение двух недель при объеме 80 академических часа (1 академический час – 45 минут).

## **2. Глоссарий**

Врачебно-педагогический контроль -	это исследования, проводимые совместно врачом и тренером для того, чтобы определить, как воздействуют на организм спортсмена тренировочные нагрузки, с целью предупредить переутомление и развитие патологических изменений, приводящих к заболеваниям
Личная безопасность -	состояние защищённости жизни и здоровья человека, его целей, потребностей, интересов от опасных воздействий (физических, духовных, информационных,

	этнокультурных, социальных, экономических, политических, экологических, медико-биологических, военных и т.д.)
Несчастный случай (НС) -	событие, приведшее к смерти, ухудшению здоровья, травмам, ущербу или другим потерям
Первая помощь -	ряд мероприятий, выполняемых в необходимых при несчастных случаях и внезапных заболеваниях, меры срочной помощи раненым или больным людям, предпринимаемые до прибытия медика или до помещения больного в медицинское учреждение
Профилактика -	это комплекс мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья и включающие в себя формирование здорового образа жизни, предупреждение возникновения и (или) распространения заболеваний, их ранние выявление, выявление причин и условий их возникновения и развития, а также направленных на устранение вредного влияния, на здоровье человека факторов среды его обитания
Самоконтроль -	способность контролировать свои эмоции, мысли и поведение. Самоконтроль основывается на воле - высшей психической функции, определяющей способность человека принимать осознанные решения и претворять их в жизнь
Спортивная травма -	это повреждение, сопровождающееся изменением анатомических структур и функции травмированного органа в результате воздействия физического фактора, превышающего физиологическую прочность ткани, в процессе занятий физическими упражнениями и спортом
Травма -	это повреждение, под которым понимают нарушение анатомической целостности или физиологических функций органов и тканей тела человека, возникающее в результате внешнего воздействия
Техника безопасности -	система организационных мероприятий, технических средств и методов, предотвращающих воздействие на работающих опасных производственных факторов
Травматизм -	это совокупность травм, возникших в определенной группе населения за определенный отрезок времени
Фактор риска -	это свойство, состояние или поведение, которое увеличивает вероятность появления болезни или травмы

### 3. Тематика Программы

<b>Модуль</b>	<b>Содержание</b>
<b>Модуль 1 Основные требования к обеспечению безопасности организации физкультурно-спортивной деятельности 10 часов</b>	<p>Тема 1.1 Требования безопасности и санитарии к местам проведения учебно-тренировочного процесса и спортивному инвентарю.</p> <p>Тема 1.2 Требования к крытым спортивным сооружениям (спортивным залам)</p> <p>Тема 1.3 Требования к открытым спортивным площадкам</p> <p>Тема 1.4 Требования к спортивному инвентарю и оборудованию</p>
<b>Модуль 2 Общие сведения о травматизме, причинах возникновения и мерах по его предупреждению. 12 часов</b>	<p>Тема 2.1 Общие сведения о травматизме, причинах возникновения и мерах по его предупреждению.</p> <p>Тема 2.2 Специфика травматизма на занятиях различными видами спорта.</p> <p>Тема 2.3 Основные правила безопасности, гигиены и самоконтроля на спортивных занятиях.</p>
<b>Модуль 3. Первая помощь. 46 часа</b>	<p>Оказание первой помощи при несчастных случаях на учебно-тренировочных занятиях физической культурой.</p> <p>Правовой аспект при оказании первой помощи</p> <p>Бессознательное состояние.</p> <p>Остановка сердца. Сердечно-легочная реанимация</p> <p>Непроходимость дыхательных путей.</p> <p>Раны и кровотечения.</p> <p>Травмы. Растворения. Переломы. Транспортировка пострадавшего</p> <p>Обморок. Судороги.</p>
<b>Модуль 4 Нормативно правовые основы обеспечения безопасности организации физкультурно-спортивной деятельности 10 часов</b>	<p>Нормативно-правовые основы обеспечения безопасности физкультурно-спортивной деятельности.</p> <p>Закон Республики Казахстан О физической культуре и спорте</p> <p>Правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту, а также при организации массовых мероприятий.</p> <p>Журналы и акты по технике безопасности на учебно-</p>

	тренировочных занятиях ФКиС.
<b>Итоговый контроль 2 часа</b>	Оценивание уровня предметных компетенций по изученным темам
	<b>Итого 80 часов</b>

#### **4. Цель, задачи и ожидаемые результаты Программы**

**Цель:** формирование комплекса знаний, умений по оказанию Первой помощи, по обеспечению безопасности при организации и проведении систематических занятий по физической культуре и спорту, необходимых: администрации, тренеру, тренеру-преподавателю, специалисту в области физической культуры и спорта, инструктору-спортсмену.

**Задачи:**

изучение нормативно-правовой базы, правил, требований по безопасной организации и проведению физкультурно-спортивной деятельности;

изучение факторов и групп рисков снижающие уровень безопасности при организации и проведении физкультурно-спортивной деятельности;

освоение основ оказания Первой помощи;

меры предупреждения и профилактики травматизма, несчастных случаев, нештатных ситуаций и т.д.

меры ликвидации и минимизации последствий в случае травм, несчастных случаев, чрезвычайных ситуаций.

**Ожидаемые результаты:** По завершении курсов слушатели должны:

знать основные правила оказания первой помощи пострадавших;

знать средства оказания первой помощи;

знать основные нормативно-правовые документы, регламентирующие обеспечение безопасности в области физкультурно-спортивной деятельности;

уметь правильно оценивать ситуацию;

уметь правильно оказывать первую помощь, используя в т.ч. подручные средства для оказания первой помощи;

осуществлять взаимодействие с различными учреждениями с целью организации и безопасного проведения тренировочного, учебного, соревновательного процесса;

разрабатывать программу мероприятий с учетом безопасности;

прогнозировать возможные травмы при занятиях физической культурой, проводить профилактику травматизма;

владеть навыками безопасной организации и проведения различных массовых мероприятий спортивного и неспортивного характера;

навыками оказания первой помощи при наступлении чрезвычайной ситуации, несчастного случая, травматизма;

навыками организации и проведения физкультурно-спортивной работы с учетом санитарных, гигиенических, эпидемиологических, технических и педагогических, физиологических норм и требований.

**быть компетентным** в организации учебно-тренировочного процесса с учетом требований к обеспечению безопасности при организации физкультурно-спортивной деятельности.

## 5. Структура и содержание Программы

<b>Модуль 1 Основные требования к обеспечению безопасности организации физкультурно-спортивной деятельности</b>	<p>Тема 1.1 Требования безопасности и санитарии к местам проведения учебно-тренировочного процесса и спортивному инвентарю. Общие требования по стандартам и техническому состоянию. Санитарно-гигиенические нормы и требования по качеству, температуре воды. Обязанности педагога.</p> <p>Тема 1.2 Требования к крытым спортивным сооружениям (спортивным залам) Общие требования по стандартам и техническому состоянию: спортивных сооружений, атлетических залов, тренажёрных залов и т.д. Противопожарные требования.</p> <p>Тема 1.3 Требования к открытым спортивным площадкам Противопожарные требования. Требования по обеспечению охраны здоровья людей в процессе эксплуатации сооружений.</p> <p>Тема 1.4 Требования к спортивному инвентарю и оборудованию. Требования к снарядам и оборудованию. Нормы технического состояния оборудования, снарядов, тренажеров, помещений и т.д. Обязанности педагога.</p>
<b>Модуль 2 Общие сведения о травматизме, причинах возникновения и мерах по его предупреждению.</b>	<p>Тема 2.1 Специфика травматизма на занятиях различными видами спорта. Основные причины возникновения спортивного травматизма. Недостатки в организации учебно-тренировочных занятий. Классификация причин травматизма в различных видах спорта. Классификация</p>

	<p>характера травм Врачебно-педагогический контроль за физическим состоянием учащихся. Профилактика травматизма. Причины травматизма на занятиях по физической культуре.</p> <p>Тема 2.2 Специфика травматизма на занятиях различными видами спорта. Специфика травматизма в циклических видах спорта и методика применения профилактических мероприятий Специфика травматизма в игровых видах спорта и методика применения профилактических мероприятий Специфика травматизма в единоборствах и методика применения профилактических мероприятий Специфика травматизма в зимних видах спорта и методика применения профилактических мероприятий Специфика травматизма в детско-юношеском туризме и методика применения профилактических мероприятий</p>
	<p>Тема 2.3 Основные правила безопасности, гигиены и самоконтроля на спортивных занятиях. Общие требования по технике безопасности физкультурных и спортивных мероприятий. Нормы нагрузки при занятиях физической культурой с учетом возрастных, половых, квалификационных характеристик занимающихся. Требования безопасности перед началом занятий. Требования безопасности во время занятий.</p>
<b>Модуль 3. Первая помощь.</b>	<p>Тема 3.1 Правовой аспект при оказании первой помощи Первая помощь. Личная безопасность. «Золотой час». Санитарно-гигиенические правила оказания первой помощи. Построение доверия.</p> <p>Тема 3.2 Бессознательное состояние. Алгоритм действий. Первичный осмотр. Вторичный осмотр. Первая помощь при бессознательном состоянии. Закупорка</p>

	дыхательных путей. Восстановительное положение.
	Тема 3.3 Остановка сердца. Сердечно-легочная реанимация Алгоритм действий при остановке сердца. Сердечно-легочная реанимация взрослых. Сердечно-легочная реанимация подростков-детей.
	Тема 3.4 Непроходимость дыхательных путей. Причины возникновения непроходимости дыхательных путей. Признаки. Частичная непроходимость. Полная непроходимость. Первая помощь при непроходимости дыхательных путей.
	Тема 3.5 Раны и кровотечения. Виды ран. Кровотечения. Признаки и симптомы. Артериальное кровотечение. Венозное кровотечение. Кровотечение из носа. Внутреннее кровотечение. Первая помощь при кровотечении. Шок. Противошоковые мероприятия. Общие правила наложения повязок
	Тема 3.6 Травмы. Растворения. Переломы. Транспортировка пострадавшего Ушибы. Растворение и разрыв мышц, сухожилий и связок. Вывихи и переломы. Травмы головы. Травмы глаз. Травмы таза. Травмы шеи и позвоночника. Травмы грудной клетки и живота. Травмы живота. Признаки и симптомы. Первая помощь. Транспортировка пострадавшего.
	Тема 3.7 Обморок. Судороги. Причины возникновения. Признаки и симптомы. Первая помощь
<b>Модуль 4 Нормативно правовые основы обеспечения безопасности организации физкультурно-спортивной деятельности</b>	Нормативно-правовые основы обеспечения безопасности физкультурно-спортивной деятельности. Нормативно-правовые акты, документы, регламентирующие безопасность занятий физкультурой и спортом и использование спортивных сооружений, инвентаря и оборудования в образовательных учреждениях

	<p><b>Закон Республики Казахстан О физической культуре и спорте</b>  Соблюдение правил безопасности, охрана здоровья физических лиц при проведении занятий физической культурой и спортом, спортивных соревнований и спортивно-массовых мероприятий. Медицинское обеспечение в области физической культуры и спорта.</p>
	<p>Правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту  Порядок учета несчастных случаев с обучающимися. Инструкции по технике безопасности для учащихся. Инструкции по технике безопасности для учителей. Общие требования к обеспечению безопасности при организации и проведению занятий по физической культуре. Обязанности педагога.  Обязанности учащихся.</p>
	<p>4.3 Журналы и акты по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях ФКиС.  Журнал регистрации прохождения инструктажа по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях физической культурой и спортом с учащимися и воспитанниками. Перечень спортивного оборудования и инвентаря, подлежащего испытанию в образовательных учреждениях. Уведомление о проведении массового мероприятия. Акт приема спортивных сооружений и оборудования на готовность к новому учебному году. Акт о несчастном случае с обучающимся (воспитанником) учебно-воспитательного учреждения. Журнал регистрации несчастных случаев с обучающимися (воспитанниками). Инструкции по технике безопасности (по видам спорта, по видам физкультурно-спортивной деятельности) в организациях общего, среднего и дополнительного образования.</p>

## **6. Организация учебного процесса**

Курсы повышения квалификации организуются в форме очного обучения продолжительностью 80 часа в течение 2-х недель.

**Основные методы преподавания:** интерактивная лекция, творческие задания для развития критического мышления, отработка практических навыков, устный опрос, составление документов.

## **7. Учебно-методическое обеспечение программы**

Темы модуля	Коли-чество часов	Вид учебного занятия, методы обучения и количества часов	Учебно-методическое обеспечение темы
Тема 1.1 Требования безопасности и санитарии к местам проведения учебно-тренировочного процесса и спортивному инвентарю.	2	Лекционное занятие	Презентация
Тема 1.2 Требования к крытым спортивным сооружениям (спортивным залам)	2	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, ситуационные задачи
Тема 1.3 Требования к открытым спортивным площадкам	2	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, ситуационные задачи
Тема 1.4 Требования к спортивному инвентарю и оборудованию.	4	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, ситуационные задачи
Тема 2.1 Специфика травматизма на занятиях различными видами спорта.	4	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, ситуационные задачи
Тема 2.2 Специфика травматизма на занятиях различными видами спорта.	5	Интерактивная лекция, опрос	Презентация, тестовые задания
Тема 2.3 Основные правила безопасности, гигиены и самоконтроля на спортивных	3	Интерактивная лекция, практическое	Презентация, ситуационные задачи

занятиях.		занятие	
Тема 3.1 Правовой аспект при оказании первой помощи	<b>4</b>	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, ситуационные задачи
Тема 3.2 Бессознательное состояние.	<b>8</b>	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, симуляционное оборудование (манекен), ситуационные задачи
Тема 3.3 Остановка сердца. Сердечно-легочная реанимация	<b>6</b>	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, симуляционное оборудование (манекен), ситуационные задачи
Тема 3.4 Непроходимость дыхательных путей.	<b>4</b>	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, симуляционное оборудование (манекен), ситуационные задачи
Тема 3.5 Раны и кровотечения.	<b>10</b>	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, симуляционное оборудование (манекен), ситуационные задачи
Тема 3.6 Травмы. Растворения. Переломы. Транспортировка пострадавшего	<b>10</b>	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, симуляционное оборудование (манекен), ситуационные задачи
Тема 3.7 Обморок. Судороги.	<b>4</b>	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, ситуационные задачи
Тема 4.1 Нормативно-правовые основы обеспечения безопасности физкультурно-спортивной деятельности.	<b>2</b>	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, ситуационные задачи

Тема 4.2 Закон Республики Казахстан О физической культуре и спорте	<b>2</b>	Интерактивная лекция	Презентация
Тема 4.3 Правила безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту	<b>2</b>	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, ситуационные задачи
Тема 4.4 Журналы и акты по технике безопасности на учебно-тренировочных занятиях ФКиС.	<b>4</b>	Интерактивная лекция, практическое занятие	Презентация, ситуационные задачи

## **8. Оценивание результатов обучения**

Контроль и оценка знаний слушателей проводится как в процессе проведения занятий – формативное оценивание, так и по завершении курса в форме итогового контроля на основе ее целей, задач и ожидаемых результатов.

Формативное оценивание применяется для промежуточного контроля и корректировки знаний и умений. Проводится в форме выполнения практических и творческих заданий. При выполнении заданий слушателям обеспечивается консультирование в групповой форме и по индивидуальным запросам. Суммативное оценивание будет проводиться в виде итогового контроля.

Данная программа повышения квалификации учителей преследует в основном обучающую цель, поэтому контроль результатов обучения проводится в ходе проведения занятий.

## **9. Посткурсовое сопровождение**

Посткурсовое сопровождение будет проводиться в виде Зум конференций по запросам учителей, педагогов, тренеров на которых будут даны консультации по темам, вызвавшим затруднения в ходе их работы.

## **10. Список литературы**

1. Закон Республики Казахстан «О физической культуре и спорте» от 3 июля 2014 года № 228-В.
2. Об утверждении Правил оказания первой помощи лицами без медицинского образования, в том числе прошедшими соответствующую подготовку и

Стандарта оказания первой помощи. Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 15 декабря 2020 года № ҚР ДСМ-269/2020.

3.Приказ Министра здравоохранения Республики Казахстан от 30 ноября 2020 года № ҚР ДСМ-223/2020 «Об утверждении правил оказания доврачебной медицинской помощи»

4.Инструкции по обеспечению безопасности проведения спортивных и спортивно-массовых, зрелищных культурно-массовых мероприятий. Совместный приказ Министра внутренних дел Республики Казахстан от 1 января 2017 года № 1 и Министра культуры и спорта Республики Казахстан от 17 января 2017 года № 9.

5.Приказ Министра культуры и спорта Республики Казахстан от 3 ноября 2014 года №68 « Об утверждении Правил безопасности при проведении занятий по физической культуре и спорту».

6.Первая помощь при несчастных случаях и заболеваниях, угрожающих жизни и здоровью человека: учебное пособие. – Ставрополь. Изд-во СтГМУ, 2017. – 130 с. Под редакцией д.м.н., профессора, зав. кафедрой общей хирургии СтГМУ Лаврешина П.М.

7.ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ: Учебное пособие для лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь. Л.И. Дежурный с соавт. М.: ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Минздрава России, 2018. 68 с.

8.Алгоритмы оказания первой помощи пострадавшим на месте происшествия : учеб.-метод. пособие / А.Л. Станишевский [и др.]. – Минск : БелМАПО, 2020. – 114 с.

9.Поздняков, Г.П. Первая доврачебная помощь при спортивных травмах и острых патологических состояниях / Г.П. Поздняков; общ. ред. И.И.Горленко.- Челябинск, 1990.- 44с.: ил.

10.Мухлыгина Т.В. Курс лекций по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности» [Электронный ресурс] / Т.В. Мухлыгина. –Электрон. дан. (1,18 Мб). – Костанай: Костанайская академия МВД РК им. Ш. Кабылбаева, 2018. – 127 с.