

Государственный комитет Республики Башкортостан
по чрезвычайным ситуациям
Государственное бюджетное образовательное учреждение
«Учебно-методический центр по гражданской обороне
и чрезвычайным ситуациям Республики Башкортостан»

УТВЕРЖДАЮ

Начальник государственного бюджетного
образовательного учреждения



«Учебно-методический центр по гражданской
обороне и чрезвычайным ситуациям
Республики Башкортостан»

Т.А. Норкина
20²⁴ год

ПРОГРАММА

подготовки волонтёров (добровольцев) в области
безопасности жизнедеятельности

Рассмотрена и принята
на заседании учебно-методического совета
26 января 2024 года
Протокол № 1

г. Уфа

С О Д Е Р Ж А Н И Е

Раздел	Стр.
1.Общая характеристика программы	3
2. Планируемые результаты обучения	3
3. Организация учебного процесса	6
4. Наименование тем, видов и количество часов	6
5. Рекомендуемая литература	9

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Программа подготовки волонтёров (добровольцев) в области безопасности жизнедеятельности (далее-Программа) разработана в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Федерального закона № 68-ФЗ от 21 декабря 1994 года «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», Постановления Правительства Российской Федерации от 18 сентября 2020 года № 1485 «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», а также Методических рекомендаций по участию членов общественных объединений, других некоммерческих организаций, добровольной пожарной охраны и добровольцев (волонтеров) в мероприятиях по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, в том числе с возможностью использования современных дистанционных образовательных технологий от 17.11.2020 года № 2-4-71-24-12 (МЧС России).

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

В результате обучения волонтёр (доброволец) должен:

знать:

- обеспечение мер собственной безопасности на месте ЧС, происшествия;
- оценки обстановки на месте ЧС, происшествия и вызова необходимых служб;
- передачи информации с места ЧС, происшествия;
- основные требования нормативных документов по обеспечению защиты в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;
- основные требования нормативных документов по борьбе с терроризмом и способы борьбы с терроризмом;
- основные способы оказания первой помощи;
- виды, порядок и правила использования средств защиты;
- возможные информационные ресурсы, используемые для оповещения и информирования населения при угрозе или возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- использование первичных средств пожаротушения для ликвидации возгораний;
- способы локализации и ликвидации ландшафтных (природных), в том числе лесных пожаров;
- требования правил охраны жизни людей на водных объектах.

уметь:

- действовать в условиях чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;
- действовать в случае террористических угроз;
- оказывать первую помощь пострадавшим, взаимопомощь и самопомощь при различных травмах;
- использовать средства защиты;
- осуществлять информирование населения при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера;

- действовать при пожаре, в т.ч при тушении (ландшафтных) лесных пожаров;
- использовать первичные средства пожаротушения;
- оказывать первую помощь при утоплении.

3. ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Подготовка проводится со слушателями как на групповых занятий, так и методом учебно-методических сборов.

Подготовка слушателей по данной программе организуется и проводится в ГБОУ «УМЦ ГОЧС РБ» по очной, очно-заочной, заочной с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

По окончании обучения волонтер (доброволец) проходит итоговую аттестацию – зачет.

При успешном прохождении итоговой аттестации слушателю выдается свидетельство установленного образца.

4. НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ, ВИДЫ ЗАНЯТИЙ И КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ

№ п/п	Наименование тем	Вид занятия	Всего часов
1	2	3	4
	Входное тестирование		1
1	Тема 1. Чрезвычайные ситуации, возможные на территории Республики Башкортостан (городов, районов, населенных пунктов). Действия волонтёров (добровольцев) в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.	Лекция	1
2	Тема 2. Основы оказания первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.		
3.	<i>Занятие 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи.</i>	Лекция	1
4.	<i>Занятие 2. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях.</i>	Практическое занятие	1
5.	<i>Занятие 3. оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения</i>	Практическое занятие	1
6.	<i>Занятие 4. Оказание первой помощи при травмах, ранениях, поражениях, прочих состояниях</i>	Практическое занятие	1
7.	Тема 3. Морально-психологическая подготовка волонтёров (добровольцев) к действиям при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.		
8.	<i>Занятие 1. Особенности поведения людей в чрезвычайных ситуациях.</i>	Лекция	1
9.	<i>Занятие 2. Общение. Компоненты общения. Бесконфликтное общение. Приёмы конструктивного общения. Общение с пострадавшими.</i>	Лекция	1
10.	<i>Занятие 3. Методы и приемы саморегуляции.</i>	Лекция	1

11.	Тема 4. Виды, порядок и правила использования средств защиты.	Лекция	1
12.	Тема 5. Организация оповещения и информирования населения в области безопасности жизнедеятельности.	Лекция	1
13.	Тема 6. Действия волонтёров (добровольцев) при пожаре.		
14.	<i>Занятие 1.</i> Требования нормативно-правовых документов по обеспечению пожарной безопасности.	Лекция	1
15.	<i>Занятие 2.</i> Использование первичных средств пожаротушения.	Практическое занятие	1
16.	<i>Занятие 3.</i> Особенности тушения ландшафтных (природных) пожаров, в том числе лесных пожаров.	Практическое занятие	2
17.	Тема 7. Участие волонтеров в профилактических мероприятиях, направленных на предупреждение происшествий и гибели людей на водных объектах.		
18.	<i>Занятие 1.</i> Требования правил охраны жизни людей на водных объектах.	Лекция	1
19.	<i>Занятие 2.</i> Оказание первой помощи утопающему	Практическое занятие	1
20.	Итоговая аттестация (зачет)		1
ИТОГО:			18

Содержание тем

Входное тестирование. Общие вопросы организации обучения.

Цель, задачи и программа обучения. Актуальность курса. Организация учебного процесса. Расписание занятий. Противопожарный инструктаж. Вводный инструктаж по охране труда.

Тема 1. Чрезвычайные ситуации, возможные на территории Республики Башкортостан (городов, районов, населенных пунктов). Действия волонтёров (добровольцев) в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

Чрезвычайные ситуации характерные для Республики Башкортостан.

Техногенная безопасность как состояние защищенности населения и территорий от последствий чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Внутренние и внешние источники техногенных угроз.

Особенности защиты населения, проживающего в районах расположения химически опасных объектов и в зонах катастрофического затопления.

Краткая характеристика стихийных бедствий, аварий и катастроф, возможных на территории Республики Башкортостан (муниципального образования), их последствия для экономики и населения.

Действия волонтёров (добровольцев) в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

Тема 2. Основы оказания первой помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

Занятие 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи.

Основные понятия и нормативно-правовые акты. Важность оказания первой помощи. Последовательность выполнения мероприятий первой помощи. Использующееся оснащение

Занятие 2. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях.

Первая помощь при кровотечениях и ранениях. Способы остановки кровотечения. Виды жгутов и правила их наложения.

Занятие 3. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения.

Понятие о реанимации. Терминальные состояния, признаки клинической и биологической смерти. Объем и последовательность реанимационных мероприятий.

Проведение искусственного дыхания методами «рот в рот», «рот в нос», с помощью воздуховода. Методы элементарной сердечно-легочной реанимации одним и двумя волонтерами.

Вынос и транспортировка пострадавших из очагов поражения. Размещение типового санитарного оборудования на транспортных средствах (в железнодорожных вагонах, самолетах, автобусах, автомашинах, на теплоходах). Погрузка и размещение пострадавших внутри транспортных средств. Носилки, их виды, лямки, их использование. Вынос пострадавших с использованием подручных средств, на руках, спине. Переноска пострадавших одним или двумя спасателями.

Занятие 4. Оказание первой помощи при травмах, ранениях, поражениях, прочих состояниях

Первая помощь при переломах. Приемы и способы иммобилизации с применением табельных и подручных средств. Способы и правила транспортировки и переноски пострадавших.

Первая помощь при ушибах, вывихах, химических и термических ожогах, отравлениях, обморожениях, обмороках, поражении электрическим током, тепловом и солнечных ударам.

Виды повязок. Правила наложения повязок на раны. Практическое наложение повязок.

Оказание волонтерами (добровольцами) помощи спасательным службам при обнаружении, выносе и транспортировке пострадавших при различных видах чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

Ожоги, их причины, признаки, виды и классификация. Отморожение, причины, признаки, виды и классификация. Профилактика ожогов и отморожений.

Первая помощь при ожогах. Ожоги от воздействия агрессивных сред, особенности оказания первой помощи. Первая помощь при отморожениях.

Общее охлаждение, особенности оказания первой помощи.

Тема 3. Морально-психологическая подготовка волонтёров (добровольцев) к действиям при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

Занятие 1. Особенности поведения людей в чрезвычайных ситуациях.

Задачи, содержание и организация морально-психологической подготовки, пути, формы и методы повышения психологической устойчивости волонтеров при действиях в чрезвычайных ситуациях.

Типичные периоды развития чрезвычайных ситуаций и их влияние на психику человека. Факторы, оказывающие травмирующие воздействие на психику человека.

Понятие «Стресс». Виды стресса. Травматический стресс и причины его возникновения. Накопленный стресс – основные понятия.

Последствия стресса: дезадаптивные психические состояния, ОСР, эмоциональное заражение. Механизмы адаптации. Стратегии совладания

Паника. Реакция и формы паники. Методы предупреждения и пресечения паники. Экстренно-психологическая помощь при ОСР.

Принципы и цели экстренной психологической помощи в чрезвычайных ситуациях.

Проведение тестирования с целью выявления особенностей мотивации поведения обучаемых.

Занятие 2. Общение. Компоненты общения. Бесконфликтное общение. Приёмы конструктивного общения. Общение с пострадавшими.

Общение. Виды общения. Компоненты общения: вербальное, невербальное, паравербальное. Приёмы бесконфликтного общения. Приёмы конструктивного общения. Общие принципы общения с пострадавшими.

Занятие 3. Методы и приемы 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).

Тема 4. Виды, порядок и правила использования средств защиты.

Основные принципы и способы защиты населения от опасностей, возникающих приведении военных действий или вследствие этих действий, а также при чрезвычайных ситуациях.

Средства защиты населения, их классификация, принципы действия и основные характеристики.

Порядок использования средств защиты.

Тема 5. Организация оповещения и информирования населения в области безопасности жизнедеятельности.

Организация связи и оповещения в Башкирской территориальной подсистеме РСЧС при чрезвычайных ситуациях (в муниципальном образовании,

организации). Принципы построения и использования системы централизованного оповещения.

Назначение, структура и основные задачи Комплексной системы экстренного оповещения населения (КСЭОН) об угрозе возникновения или о возникновении чрезвычайных ситуаций. Зоны экстренного оповещения населения Республики Башкортостан. Локальные системы оповещения. Действия населения при получении сигналов КСЭОН и ЛСО.

Назначение, структура, основные задачи Общероссийской комплексной системы информирования и оповещения населения (ОКСИОН) в местах массового пребывания людей.

Назначение, структура, основные задачи Центра управления в кризисных ситуациях (ЦУКС) Республики Башкортостан.

Назначение, структура, основные задачи Системы 112 Республики Башкортостан и единой дежурной диспетчерской службы (ЕДДС) муниципального образования.

Тема 6. Действия волонтёров (добровольцев) при пожаре.

Занятие 1. Требования нормативно-правовых документов по обеспечению пожарной безопасности.

Требования Правил противопожарного режима в Российской Федерации. Меры пожарной безопасности в быту. Профилактика пожаров в жилом секторе. Автономный дымовой пожарный извещатель (АДПИ).

Занятие 2. Использование первичных средств пожаротушения.

Общие сведения о процессах горения. Классификация первичных средств пожаротушения. Первичные средства пожаротушения. Устройство, тактико-технические характеристики, правила эксплуатации огнетушителей.

Занятие 3. Особенности тушения ландшафтных (природных) пожаров, в том числе лесных пожаров.

Способы локализации и ликвидации ландшафтных (природных), в том числе лесных пожаров. Правила использования, устройство и способы применения оборудования, применяемого при тушении ландшафтных (природных), в том числе лесных пожаров. Особенности ведения действий по тушению лесных пожаров. Особенности и приемы тушения низовых пожаров в различных условиях

Использование веток, хлопушек. Предотвращение угрозы верхового пожара. Некоторые особенности тушения пожаров в горах. Особенности тушения почвенных пожаров. Тушение низовых и подземных пожаров способом прокладки заградительных минерализованных полос или канав.

Тема 7. Участие волонтеров в профилактических мероприятиях, направленных на предупреждение происшествий и гибели людей на водных объектах.

Занятие 1. Требования правил охраны жизни людей на водных объектах.

Требования Водного кодекса и других нормативно-правовых документов в области безопасности людей на водных объектах.

Формы и методы участия волонтёров в профилактических мероприятиях, направленных на предупреждение происшествий и гибели людей на водных объектах.

Пропаганда и информационная работа волонтёров с населением по вопросам обеспечения безопасности людей на водных объектах.

Занятие 2. Оказание первой помощи утопающему.

Спасательные средства. Подручные средства спасения и способы спасения людей с поверхности воды в прибрежных районах. Подача конца Александрова и спасательного круга. Приемы самоспасения на воде. Способы спасения со льдин.

Классификация основных видов утоплений и их отличительные признаки.

Последовательность действий при синей и белой асфиксии до реанимационных мероприятий.

5. РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Федеральный закон от 21.12.1994 г. № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
2. Федеральный закон № 69-ФЗ от 21 декабря 1994 года «О пожарной безопасности».
3. Концепцией содействия развитию благотворительной деятельности и добровольчества в Российской Федерации от 30 июля 2009 г. № 1054-р, одобренной распоряжением Правительства Российской Федерации.
4. Постановления Правительства Российской Федерации от 18 сентября 2020 г. № 1485 «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации, иностранных граждан и лиц без гражданства в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».