



Общество с ограниченной ответственностью  
Учебный Центр «СОФОС» (ООО УЦ «СОФОС»)  
454080, г. Челябинск, Свердловский проспект, д. 2  
ОГРН 1257400020701 ИНН 7448263541 КПП 744801001

УТВЕРЖДАЮ

Директор

И.В. Власова

«20» сентября 2025г.

ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ ТРЕБОВАНИЯМ ОХРАНЫ ТРУДА

**«Оказание первой помощи»**

г. Челябинск

2025 г.

## Оглавление

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ.....	3
1.1. Цели реализации программы.....	3
1.2. Характеристика нового вида деятельности, новой квалификации .....	3
1.3. Планируемые результаты освоения программы .....	3
1.4. Категория слушателей.....	4
1.5. Форма обучения .....	5
1.6. Трудоемкость программы: .....	5
2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ .....	6
2.1. Учебный план .....	6
2.2. Календарный график.....	6
2.3. Содержание учебных модулей.....	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	8
3.1. Материально-техническое оснащение программы .....	8
3.2. Информационное обеспечение программы.....	8
3.3. Кадровое обеспечение программы .....	9
4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.....	9
4.1. Примеры тестовых заданий: .....	9

## **1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ**

Программа обучения требованиям охраны труда «Обучение работников по оказанию первой помощи пострадавшим» разработана в целях реализации требований:

- Трудового кодекса Российской Федерации, Федерального закона № 197-ФЗ от 30.12.2001 г.,
- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федерального закона от 28.12.2013 № 426-ФЗ «О специальной оценке условий труда»,
- Постановления Правительства РФ от 24 декабря 2021 г. № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда»,
- Приказа Министерства здравоохранения РФ от 03.05.2024 г. № 220н «Об утверждении порядка оказания первой помощи».

Слушателям, успешно освоившим программу, прошедшим проверку знаний требований охраны труда, выдается протокол о проверке знаний требований охраны труда в соответствии с требованиями п. 91 и 92 Постановления Правительства РФ от 24 декабря 2021 г. № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда».

### **1.1.Цели реализации программы**

Обучение по охране труда и проверка знаний требований охраны труда относятся к профилактическим мероприятиям по охране труда, направленным на предотвращение случаев производственного травматизма и профессиональных заболеваний, снижение их последствий и являются специализированным процессом получения знаний, умений и навыков.

### **1.2.Характеристика нового вида деятельности, новой квалификации**

Программа обучения имеет целью приобретение слушателями знаний, умений и навыков, позволяющих оказывать первую помощь до оказания медицинской помощи работникам при несчастных случаях на производстве, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью.

### **1.3.Планируемые результаты освоения программы**

В результате прохождения обучения слушатели должны:

знать:

- общие положения, касающиеся первой помощи и ее основные понятия;
- организационно-правовые аспекты оказания первой помощи;
- состояния, при которых оказывается первая помощь, ее основные мероприятия;

- последовательность действий на месте происшествия, признаки отсутствия сознания и дыхания, признаки наружных кровотечений, признаки термического воздействия, признаки отравлений правила осмотра пострадавшего на наличие травм и повреждений;

- правила оказания первой помощи при различных состояниях пострадавшего.

уметь:

- определять угрожающие факторы для собственной жизни и здоровья;
- определять угрожающие факторы для жизни и здоровья пострадавшего и окружающих;

- извлекать пострадавшего из труднодоступных мест, применять различные способы перемещения пострадавших;

- определять наличие сознания у пострадавшего, наличие дыхания, наличие кровообращения, наличие пульса, определять признаки кровопотери;

- использовать штатные (аптечки первой помощи) и подручные средства оказания первой помощи;

- оказывать психологическую поддержку пострадавшему;

- оказывать первую помощь пострадавшему при различных состояниях;

владеть:

- навыками определения угрожающих факторы для жизни и здоровья пострадавшего и окружающих;

- навыками определения наличия сознания у пострадавшего, наличия дыхания, наличия кровообращения, наличия пульса, определения признаков кровопотери;

- навыками оказания первой помощи пострадавшим на производстве.

#### **1.4. Категория слушателей**

Обучению по программе обучения требованиям охраны труда «Обучение работников по оказанию первой помощи пострадавшим» подлежат следующие категории работников:

- работники, на которых приказом работодателя возложены обязанности по проведению инструктажа по охране труда, включающего вопросы оказания первой помощи пострадавшим, до допуска их к проведению указанного инструктажа по охране труда

- работники рабочих профессий;

- лица, обязанные оказывать первую помощь пострадавшим в соответствии с требованиями нормативных правовых актов;

- работники, к трудовым функциям которых отнесено управление автотранспортным средством;

- работники, к компетенциям которых нормативными правовыми актами по охране труда предъявляются требования уметь оказывать первую помощь пострадавшим;

- председатель (заместители председателя) и члены комиссий по проверке знания требований охраны труда по вопросам оказания первой помощи

пострадавшим, лица, проводящие обучение по оказанию первой помощи пострадавшим, специалиста по охране труда, а также члены комитетов (комиссий) по охране труда;

- иные работники по решению работодателя.

### **1.5. Форма обучения**

Форма обучения – очно-заочная с применением дистанционных технологий

### **1.6. Трудоемкость программы:**

Продолжительность освоения программы – 8 часов, включая лекционные занятия, практические занятия и время на самоподготовку.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование раздела	Всего часов	В том числе:			Форма контроля
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1.	Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	0,45	0,25	0	0,2	тест
2.	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	2,6	0,9	1,5	0,2	тест
3.	Оказание первой помощи при наружных кровотечениях и травмах	2,5	0,8	1,5	0,2	тест
4.	Оказание первой помощи при прочих состояниях	2	0,8	1	0,2	тест
5.	Памятка по оказанию первой помощи	0,25	0,25	0	0	–
6.	Проверка знаний	0,2	0	0	0,2	Итоговое тестирование
	<b>ИТОГО:</b>	<b>8</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	

### 2.2. Календарный график

Календарный график формируется индивидуально, по мере комплектования учебных групп в течение года.

### 2.3. Содержание учебных модулей

#### Тема 1. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи

Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи. Понятие «первая помощь». Правовые аспекты оказания первой помощи. Современные наборы средств и устройств, используемые для оказания первой помощи. Основные компоненты, их назначение. Автомобильная аптечка: комплектация и инструкция для оказания первой помощи пострадавшим в ДТП. Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавших.

Соблюдение правил личной безопасности и обеспечение безопасных условий для оказания первой помощи (возможные факторы риска, их устранение).

## Тема 2. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения.

Основные признаки жизни у пострадавшего. Причины нарушения дыхания и кровообращения. Способы проверки сознания, дыхания, кровообращения у пострадавшего. Современный алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации (СЛР). Техника проведения давления руками на грудину пострадавшего и искусственного дыхания при проведении СЛР. Ошибки и осложнения, возникающие при выполнении реанимационных мероприятий. Показания к прекращению СЛР. Мероприятия, выполняемые после прекращения СЛР. Особенности СЛР у детей. Порядок оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом у пострадавших в сознании, без сознания. Особенности оказания первой помощи тучному пострадавшему, беременной женщине, ребёнку.

## Тема 3. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях и травмах

Цель и порядок выполнения обзорного осмотра пострадавшего. Понятия «кровотечение», «острая кровопотеря». Способы временной остановки наружного кровотечения: пальцевое прижатие артерии, наложение жгута, максимальное сгибание конечности в суставе, прямое давление на рану, наложение давящей повязки. Оказание первой помощи при носовом кровотечении. Понятие о травматическом шоке, причины и признаки. Мероприятия, предупреждающие развитие травматического шока. Цель и последовательность подробного осмотра пострадавшего. Основные состояния, с которыми может столкнуться участник оказания первой помощи. Травмы головы. Оказание первой помощи. Особенности ранений волосистой части головы. Особенности оказания первой помощи при травмах глаза и носа. Травмы шеи, оказание первой помощи. Временная остановка наружного кровотечения при травмах шеи. Фиксация шейного отдела позвоночника. Травмы груди, оказание первой помощи. Особенности наложения повязок при травме груди, наложение повязки. Особенности наложения повязки на рану груди с инородным телом. Травмы живота и таза, основные проявления. Оказание первой помощи. Травмы конечностей, оказание первой помощи. Понятие «иммобилизация». Способы иммобилизации при травме конечностей. Травмы позвоночника. Оказание первой помощи.

## Тема 4. Оказание первой помощи при прочих состояниях

Виды ожогов, их признаки. Перегревание, факторы, способствующие его развитию. Основные проявления, оказание первой помощи. Холодовая травма, ее виды. Основные проявления переохлаждения (гипотермии), отморожения, оказание первой помощи. Отравления. Признаки отравления. Оптимальные положения тела пострадавшего с травмами груди, живота, таза, конечностей, с потерей сознания, с признаками кровопотери. Психологическая поддержка. Цели оказания психологической поддержки. Способы самопомощи в

экстремальных ситуациях. Принципы передачи пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь.

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.**

#### **3.1. Материально-техническое оснащение программы**

Форма обучения – очно-заочная с применением дистанционных технологий.

В качестве инструмента дистанционного обучения используется система дистанционного обучения (СДО) «getinfo.pro», размещенная по адресу в сети Интернет: <https://sdo.uc-sophos.ru/>

Учебный класс ООО Учебный центр «СОФОС» оборудован столами и стульями, столом для преподавателя. Оснащен доступом к сети Интернет.

Для отработки практических навыков в СДО загружен Имитационный тренажер, версии **scorm\_2004\_4th\_edition**. В классе также имеется аптечка первой помощи пострадавшим, оснащенная в соответствии с Приказом Министерства здравоохранения РФ от 24.05.2024 г. № 262н «Об утверждении требований к комплектации аптечки для оказания работниками первой помощи пострадавшим с применением медицинских изделий».

#### **3.2. Информационное обеспечение программы**

1. Трудовой Кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 № 197-ФЗ.
2. Федеральный закон от 28.12.2013 № 426-ФЗ «О специальной оценке условий труда».
3. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
4. Постановление Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда».
5. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
6. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 03.05.2024 г. № 220н «Об утверждении порядка оказания первой помощи».
7. Постановление Совета Министров – Правительства Российской Федерации от 23.10.1993 № 1090 «О правилах дорожного движения».
8. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 24.05.2024 № 260н «Об утверждении требований к комплектации аптечки для оказания первой помощи с применением медицинских изделий пострадавшим в дорожно-транспортных происшествиях (автомобильной)».
9. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 24 мая 2024 № 262н «Об утверждении требований к комплектации аптечки для оказания работниками первой помощи пострадавшим с применением медицинских изделий».
10. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 24.05.2024 № 258н «Об утверждении требований к комплектации упаковок для оказания первой помощи с применением медицинских изделий пострадавшим на железнодорожном транспорте при оказании услуг по перевозкам пассажиров».

11. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 26.04.2024 № 207н «Об утверждении требований к комплектации аптечек и упаковок для оказания первой помощи с применением медицинских изделий сотрудниками полиции».

12. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 15.12.2020 № 1329н «Об утверждении требований к комплектации медицинскими изделиями упаковки для оказания первой помощи в сельских поселениях».

13. Памятка по оказанию первой помощи пострадавшим.

### 3.3. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы обеспечивается преподавательским составом, прошедшим обучение требованиям охраны труда в соответствии с Постановлением Правительства РФ от 24 декабря 2021 г. № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда», имеющими подготовку по программам дополнительного профессионального образования повышения квалификации по подготовке преподавателей, обучающихся приемам оказания первой помощи.

## 4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Освоение программы завершается итоговым тестированием.

По результатам проверки знаний требований охраны труда после завершения обучения требованиям охраны труда оформляется протокол проверки знаний требований охраны труда

Слушатели, показавшие в рамках проверки знания требований охраны труда неудовлетворительные знания, не допускаются к самостоятельному выполнению трудовых обязанностей и направляются работодателем в течение 30 календарных дней со дня проведения проверки знаний требований охраны труда повторно на проверку знаний требований охраны труда.

### 4.1. Примеры тестовых заданий:

<b>1. При определении признаков жизни у пострадавшего проверяются:</b>	
признаки сознания	Неверный ответ
признаки сознания, реакция на болевое раздражение	Неверный ответ
признаки сознания, дыхания и кровообращения, реакция зрачков на свет	Верный ответ
<b>2. Частота надавливания на грудную клетку при проведении сердечно-легочной реанимации составляет:</b>	
100-120 в 1 минуту	Верный ответ
60-80 в 1 минуту	Неверный ответ
80-90 в 1 минуту	Неверный ответ
<b>3. При полной закупорке инородным телом верхних дыхательных путей оказание первой помощи следует начать с действия</b>	
нанести 5 ударов в межлопаточную область, наклонив пострадавшего вперед	Верный ответ
выяснить у пострадавшего, чем он подавился	Неверный ответ

вызвать скорую медицинскую помощь

Неверный ответ