

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет заочного обучения  
Кафедра туризма и спортивного ориентирования

Заведующий кафедрой

Воронов Ю.С.

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_ г.

**ОСНОВЫ ОКАЗАНИЯ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ В ПОХОДЕ  
СИЛАМИ ТУРИСТСКОЙ ГРУППЫ**

Выпускная квалификационная работа по направлению  
49.03.03 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»

Студент-исполнитель

А.С. Фролов

Научный руководитель

ст. преподаватель

В.А. Брайцева

Оценка за работу

\_\_\_\_\_  
(прописью)

Председатель ГЭК

д-р геогр.н., профессор

Л.Ю. Мажар

Смоленск 2017

## АННОТАЦИЯ

выпускной квалификационной работы студента 4 группы факультета заочного обучения Фролова А.С., выполненной на тему: «Основы оказания доврачебной помощи в походе силами туристской группы»

Текст работы изложен на 41 страницах печатного текста, содержит 9 таблиц, 3 рисунка, 2 приложения. Список литературы включает 36 источников.

Перед работой были поставлены следующие задачи:

1. Изучить теоретико-методические основы оказания доврачебной помощи.
2. Выявить закономерность объема теоретической и практической подготовки по теме «доврачебная помощь» с результатом выступления на туристских соревнованиях по дисциплине «Лыжный маршрут».
3. Разработать практические рекомендации по оказанию доврачебной помощи силами туристской группы.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования: изучение и анализ научно-методической литературы; формально-логические методы исследования (анализ, синтез, индукция, дедукция); методы сбора текущей информации: опрос (анкетирование); методы математической статистики.

Вся исследовательская работа проводилась на базе кафедры туризма и спортивного ориентирования ФГБОУ ВО «Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма» и отдела туризма и ориентирования СОГБУ ДО «Детско-юношеский центр туризма, краеведения и спорта».

В результате проведённого исследования:

Туристская подготовка – это процесс повышения уровня подготовленности туристов к преодолению естественных препятствий в условиях спортивных туристских походов и соревнований по спортивному туризму.

Основные травмы в туристской практике связаны со спецификой вида туризма, особенностей местности, сложности маршрута и подготовленности группы.

В ходе проведённого исследования была выявлена сильная статистическая взаимосвязь между выступлениями команд в туристских соревнованиях на этапах с применением доврачебной помощи силами туристской группы. В старшей возрастной группе коэффициент составил 0,86, в младшей – 0,82.

Нами были разработаны практические рекомендации для повышения эффективности образовательного процесса по программе «Спортивный туризм», заинтересованности обучающихся в изучении темы «доврачебная помощь», по применению в походных условиях полученных знаний.

Таким образом, несомненной является практическая значимость работы, позволяющая использовать средства спортивно-оздоровительного туризма для физической подготовки учащихся в общеобразовательных учреждениях.

Студент-исполнитель  
«\_\_\_\_\_» 2017 г.

А.С. Фролов

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ .....	4
ГЛАВА ПЕРВАЯ. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ .....	7
1.1 Значение туристской подготовки .....	7
1.2 Основы доврачебной подготовки .....	10
1.3 Медицинское обеспечение туристских мероприятий и гигиена туриста ....	13
1.4 Особенности доврачебной помощи силами туристской группы .....	18
ГЛАВА ВТОРАЯ. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ .....	21
2.1 Методы исследования.....	21
2.2 Организация исследования .....	23
ГЛАВА ТРЕТЬЯ. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ .....	24
3.1 Объёмы теоретической и практической подготовки.....	24
по теме «Доврачебная помощь» по программе «Спортивный туризм» .....	24
3.2 Результаты выступления на областных соревнованиях по лыжному туризму «Зимний экстрим» .....	28
3.3 Зависимость подготовки по разделу доврачебная помощь с эффективностью выступления в соревнованиях .....	29
ВЫВОДЫ .....	33
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	35
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	38
ПРИЛОЖЕНИЯ .....	42

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Бурный прогресс науки и техники, рост темпа и ритма современной жизни, увеличение психоэмоциональных перегрузок, учащение катастроф, сопровождающихся многообразием патологии привели к неуклонному росту экстремальной патологии. К истинным неотложным состояниям относятся все острые патологические состояния, вызванные внешними или внутренними причинами и требующие, независимо о наличия угрозы для жизни, немедленной диагностики и лечения.

Первая доврачебная помощь – это комплекс пособий, позволяющих восстанавливать и поддерживать основные жизненные функции организма больного до оказания квалифицированной медицинской помощи (25).

Оказывать первую помощь в сложной ситуации должен уметь любой нормальный человек. Иногда от этой помощи зависит жизнь собственная жизнь или жизнь близкого человека.

Умение оказывать первую помощь заболевшему или получившему травму туриstu, а при необходимости организовать и осуществить его транспортировку до ближайшего населённого пункта, железнодорожной станции или автомобильной дороги требует достаточных знаний и навыков. Турист-новичок, участник похода выходного дня, лишь знакомится с простейшими приёмами оказания доврачебной медицинской помощи и с наиболее простыми и легкоосуществимыми способами транспортировки пострадавшего. Необходимо знать назначение медикаментов, относящихся к различным группам (обезболивающие, обеззараживающие, кровоостанавливающие, жаропонижающие), уметь сделать искусственное дыхание, обработать рану или место ожога, сделать перевязку, овладеть навыками транспортировки пострадавшего подручными средствами (носилки из шестов и штормовок, волокуши из лыж и др.) (2, 3).

Очень важно, особенно в походах по отдалённой, ненаселённой местности, в высокогорных и высокоширотных районах, иметь в составе группы профессионального врача. Но далеко не каждая группа даже в эти районы выходит на маршрут с врачом. Его обычно заменяет санинструктор, уделяющий в своей подготовке особое внимание вопросам оказания первой доврачебной помощи. Необходимость оказания медицинской помощи в походе чаще всего вызвана простудными и желудочно-кишечными заболеваниями. Особую группу составляют тяжёлые травмы и заболевания, лечение которых возможно в стационарных условиях, а на маршруте оказывается лишь первая доврачебная помощь для обеспечения транспортировки пострадавшего (10, 14).

Таким образом, большое значение имеет изучение основ оказания доврачебной помощи как при подготовке к проведению походов различной сложности, так и при организации и проведении туристских соревнований и мероприятий.

**Цель исследования** – выявить взаимосвязь теоретической и практической подготовки по оказанию доврачебной помощи в условиях туристского маршрута.

**Объект исследования** – туристская подготовка по программе «Спортивный туризм».

**Предмет исследования** – результаты выступления на этапе «Медицина» на лыжном маршруте в областных соревнованиях по лыжному туризму «Зимний экстрим», посвящённых дню защитника Отечества.

**Гипотеза исследования.** Предполагалось, что существует зависимость между объёмами общетуристской и специально-туристской подготовкой с результатом выступления на соревнованиях.

**Задачи исследования.** Исходя, из цели исследования были поставлены следующие задачи:

1. Изучить теоретико-методические основы оказания доврачебной помощи.
2. Выявить закономерность объёма теоретической и практической подготовки по теме «доврачебная помощь» с результатом выступления в лыжном маршруте.

3. Разработать практические рекомендации по оказанию доврачебной помощи силами туристской группы.

**Практическая значимость.** Результаты исследования могут использоваться педагогами дополнительного образования и тренерами-преподавателями в области спортивно-оздоровительного туризма при разработке учебных программ, планировании нагрузки, теоретических и практических занятий с обучающимися.