**应急生存能力拓展训练教案（技能）**

|  |
| --- |
| 教学课时安排： 7 学时（每课时1.5小时） |
| **课程介绍**（项目功能及相关要求、注意事项）现代社会地震、火灾、交通事故、洪水、海啸、雷电、溺水、触电、中毒、爆炸、性侵害等一些是犯罪分子蓄意侵害或安全防范措施不到位（抢劫、绑架）等突发事件无时不严重影响人类健康与生命安全。本课程就是通过应急生存能力拓展训练培养和提高人们在遇到这些危害生命安全突发事件时如何冷静判断、规避风险、自救救人的生存能力。教学形式主要通过讲座和身体练习对学员进行教学。适合年龄：5-40岁场地要求：一块空场地。 设施要求：心肺复苏人体模型2个（本人可以提供），消防灭火器若干个，自制担架长棍4根。 |
| **教学目的**（预期达到的教学效果）通过配送平台让学员学习掌握常见突发事件中自救与救人的基本知识与技能，提高他们应对突发事件的良好身体体能、良好心理素质和安全防范意识。发展学员自主探索能力，提升他们在现实生活中应急操作的实际能力。1-2课时（具体见讲座教案）：1、常见突发事件中避险的要点。2、非医务人员急救意外伤害或危重急症人员遵循的原则与要点3-6课时：学习突发事件中自救与救人的基本知识与技能.7课时：分组进行“应急生存技能”组合技术对抗赛，检验教学成果。 |
| **教学方法**对教学内容进行现场演示，一边示范，一边讲解，强调[关键步骤](https://baike.baidu.com/item/%E5%85%B3%E9%94%AE%E6%AD%A5%E9%AA%A4)和注意事项，使学员边做边学，理论与技能并重，较好地实现师生互动，提高学生的学习兴趣和学习效率。 |
| **教学内容**（具体到每课时教学内容）

|  |
| --- |
| 教 学 要 求 和 内 容 |
| 教学要求：本课程就是通过应急生存能力拓展训练培养和提高人们在遇到这些危害生命安全突发事件时如何冷静判断、规避风险、自救救人的生存能力。 |
| 课时 | 教 学 内 容 |
| 1 | 常见突发事件中避险的要点（具体见讲座教案） |
| 2 | 非医务人员急救意外伤害或危重急症人员遵循的原则与要点（具体见讲座教案） |
| 3 | 1、火灾逃生练习：火灾紧急疏散、湿毛巾捂鼻避烟雾低行练习、高空定点下跳逃生练习、利用绳索高楼逃生练习、灭火器使用等。 |
| 4 | 1、地震后逃生练习2、防踩踏练习：拥挤中自我保护练习、拥挤中摔倒自我保护练习。3、摔跤时的缓冲自我保护练习。 |
| 5 | 急救技能练习：心肺复苏练习、伤员的一般包扎练习、伤员搬运练习、自制担架搬运伤员练习（利用三件上衣）。 |
| 6 | 1、遵守交通规则演练练习；2、防拐骗练习。（只针对小孩） |
| 7 | 1、总复习；2、分组进行“应急生存技能”组合技术对抗赛，检验教学成果。 |

 |
| **其他** |

**应急生存教育教案（讲座）**

|  |
| --- |
| 教学课时安排： 2 学时（每课时1.5小时） |
| **课程介绍**（功能介绍及相关要求、注意事项）以课程讲座的形式相对系统地学习和了解常见突发事件中避险的要点和非医务人员急救意外伤害或危重急症人员遵循的原则与要点适合年龄：18岁及以上75岁以下场地要求：根据学员人数定会场规模即可 设施要求：多媒体放映 |
| **教学目的**（预期达到的教学效果）通过该讲座能够让市民基本了应急生存教育的意义，如何提高防范突发事件意识，以及在逃生要点和注意事项。同时了解在急救意外伤害或危重急症人员要遵循的原则与要点，防止在急救时候对伤员造成二次伤害，或者对自身造成伤害。 |
| **教学方法**教师主要运用语言方式，系统地向学员传授科学知识，[传播思想](https://baike.sogou.com/lemma/ShowInnerLink.htm?lemmaId=84601774&ss_c=ssc.citiao.link)观念。在课程教授结束前与学员进行相关问题的讨论，进一步加深学员对该讲座课程的认识。 |
| **教学内容**具体内容包括：一、常见突发事件中避险的要点包括：1、踩踏发生时如何保护自己，发生拥挤踩踏事故的原因与场所，哪些场所易发踩踏危险：2、火灾逃生自救方法，火灾的起因与防范，怎样灭火。3、地震是怎么回事与地震逃生要点。二、非医务人员急救意外伤害或危重急症人员遵循的原则与要点：1、急救的概念，急救的目的与原则，现场急救的步骤，怎样避免交叉感染2、心肺复苏：维持生命的三大要素，心脏骤停的判断依据。3、创伤的概论，出血对人体的影响及出血处理，止血方法法，创伤的分类，常见创伤的种类，伤口的处理，伤员搬运方法。 |
| **其他** |