



Министерство образования Иркутской области  
*ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»*

Утверждаю

Зам. директора по УР

Коробкова Е.А.

«31» августа 2020 г.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
на 2020 - 2021 учебный год

|                                                       |                                                           |  |     |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--|-----|
| Специальности                                         | <b>09.02.07 Информационные системы и программирование</b> |  |     |
| Наименование дисциплины                               | БОД.09 Основы безопасности жизнедеятельности              |  |     |
| Курс и группа                                         | 1 курс БД-20-1                                            |  |     |
| Семестр                                               | 2                                                         |  |     |
| Преподаватель (ФИО)                                   | Садовников Федор Викторович                               |  |     |
| Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем | 38                                                        |  | час |
| В том числе:                                          |                                                           |  |     |
| теоретические занятия                                 | 26                                                        |  | час |
| лабораторные работы                                   | 0                                                         |  | час |
| практические занятия                                  | 10                                                        |  | час |
| курсовое проектирование                               | 0                                                         |  | час |
| консультации                                          | 0                                                         |  | час |
| Самостоятельная работа                                | 0                                                         |  | час |
| Проверил                                              | Филиппова Т.Ф. 31.08.2020                                 |  |     |

| №                                                                                    | Вид занятия  | Наименование разделов, тем, СРС                                                            | Кол-во | Домашнее задание                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Раздел 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>                  |              |                                                                                            |        |                                                                                                                                                                                            |
| <b>Тема 1.1. Основы здорового образа жизни.</b>                                      |              |                                                                                            |        |                                                                                                                                                                                            |
| 1                                                                                    | теория       | Основные элементы жизнедеятельности человека.                                              | 1      | 1) выучить основные понятия лекции<br>2) устно подготовить сообщение по заданной теме                                                                                                      |
| 2                                                                                    | теория       | Основные понятия о биологических ритмах, их влияние на уровень жизнедеятельности человека. | 1      | перечислить критерии здорового образа жизни                                                                                                                                                |
| 3                                                                                    | теория       | Безопасность на дорогах                                                                    | 1      | выучить основные понятия лекции                                                                                                                                                            |
| 4                                                                                    | теория       | Значение двигательной активности для здоровья человека.                                    | 1      | подготовить советы по двигательной активности                                                                                                                                              |
| 5                                                                                    | теория       | Использование факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья.   | 1      | привести алгоритм действий при закаливании                                                                                                                                                 |
| 6                                                                                    | теория       | Вредные привычки и социальные последствия привычек.                                        | 1      | 1) Повторить пройденный материал<br>2) Подготовить доклад по заданной на уроке теме.                                                                                                       |
| 7                                                                                    | теория       | Выявление влияния алкоголя на здоровье.                                                    | 1      | 1) выучить основные понятия лекции<br>2) сформулировать и записать привычки здорового образа жизни                                                                                         |
| 8                                                                                    | теория       | Курение и его влияние на здоровье человека.                                                | 1      | Составить рекомендации по саморегуляции и управлению эмоциями                                                                                                                              |
| 9                                                                                    | теория       | Влияние наркомании и токсикомании на здоровье, социальные последствия.                     | 1      | 1) Разработать проект листовки по профилактике наркомании и токсикомании.<br>2) Повторить пройденный материал.<br>3) Подготовить доклад по заданной на уроке теме.                         |
| 10                                                                                   | теория       | Закрепление знаний по теме "Основы здорового образа жизни"                                 | 1      | подготовить презентацию о здоровом образе жизни                                                                                                                                            |
| 11-12                                                                                | консультация | Формирование привычек здорового образа жизни                                               | 2      |                                                                                                                                                                                            |
| <b>Раздел 2. Основы воинской службы</b>                                              |              |                                                                                            |        |                                                                                                                                                                                            |
| <b>Тема 2.1. Вооруженные силы Российской Федерации - Защитники нашего Отечества.</b> |              |                                                                                            |        |                                                                                                                                                                                            |
| 13-14                                                                                | теория       | Концепция национальной безопасности                                                        | 2      | 1) Повторить пройденный материал<br>2) Подготовить доклад по заданной на уроке теме.<br>3) Перечислить факторы, оказывающие благоприятное/неблагоприятное воздействие на здоровье человека |
| 15                                                                                   | теория       | Состав ВС РФ                                                                               | 1      | читать конспект                                                                                                                                                                            |
| 16                                                                                   | теория       | Организационная структура Вооруженных Сил России.                                          | 1      | перечислить и описать реформы 90-х годов в армии России                                                                                                                                    |
| 17                                                                                   | теория       | Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение.                             | 1      | повторить пройденный материал                                                                                                                                                              |

|                                                          |                      |                                                                         |    |                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 18                                                       | теория               | Создание сухопутных войск, их история .                                 | 1  | 1) Повторить пройденный материал<br>2) Подготовить доклад по заданной на уроке теме.                     |
| 19                                                       | теория               | Военно-воздушные силы, история их создания.                             | 1  | подготовить схему "Составляющие ВВС"                                                                     |
| 20                                                       | теория               | Военно Морской Флот, история создания, предназначение.                  | 1  | повторить пройденный материал                                                                            |
| 21                                                       | теория               | Функции и основные задачи Вооруженных Сил РФ.                           | 1  |                                                                                                          |
| 22                                                       | практическое занятие | Другие виды Вооруженных Сил                                             | 1  | подготовить схему "Рода войск Вооруженных сил МВФ"                                                       |
| 23                                                       | теория               | Роль и место Вооруженных Сил в системе обеспечения безопасности страны. | 1  | прочитать конспект                                                                                       |
| 24                                                       | практическое занятие | Управление Вооруженными Силами.                                         | 1  | повторить пройденный материал                                                                            |
| 25                                                       | практическое занятие | Реформа Вооруженных Сил России.                                         | 1  | описать на выбор любой род войск, который не рассматривался на занятии                                   |
| 26                                                       | практическое занятие | Пограничные, Внутренние и Железнодорожные войска.                       | 1  | прочитать конспект                                                                                       |
| 27-28                                                    | теория               | Войска Федеральной связи. Войска Гражданской обороны.                   | 2  | прочитать конспект                                                                                       |
| <b>Тема 2.2. Боевые традиции Вооруженных Сил России.</b> |                      |                                                                         |    |                                                                                                          |
| 29                                                       | практическое занятие | Патриотизм - духовно - нравственная основа личности военнослужащего.    | 1  | 1) Повторить пройденный материал<br>2) Подготовить доклад по заданной на уроке теме.                     |
| 30                                                       | практическое занятие | Описание дней воинской славы России - дней славных побед.               | 1  | 1) Повторить пройденный материал.<br>2) Подготовить конспект "Дни воинской славы и памятные даты России" |
| 31                                                       | практическое занятие | Основные формы увековечивания памяти российских воинов.                 | 1  | Описание одного из дней воинской славы                                                                   |
| 32-33                                                    | теория               | Воинское товарищество - боевая традиция российской армии.               | 2  | 1) Повторить пройденный материал.<br>2) Подготовить доклад по заданной на уроке теме.                    |
| <b>Тема 2.3. Символы Воинской Славы.</b>                 |                      |                                                                         |    |                                                                                                          |
| 34                                                       | практическое занятие | Символы воинской чести. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.   | 1  | 1) Изучить основные символы воинской чести.<br>2) Подготовить доклад по заданной на уроке теме.          |
| 35-36                                                    | теория               | Меры безопасности при проведении военных сборов                         | 2  | повторить пройденный материал                                                                            |
| 37-38                                                    | практическое занятие | Размещение и быт военнослужащих.                                        | 2  |                                                                                                          |
| Всего:                                                   |                      |                                                                         | 38 |                                                                                                          |

## ЛИТЕРАТУРА

1. [основная] Основы безопасности жизнедеятельности: 10-11 класс : учебник для общеобразовательных учреждений / М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : Астрель; АСТ, 2010. - 350 с.
2. [основная] Приешкина А.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Обеспечение здорового

образа жизни и основы медицинских знаний : учебное пособие для СПО / Приешкина А.Н.. — Саратов : Профобразование, 2020. — 92 с. — ISBN 978-5-4488-0740-4. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/92324.html> (дата обращения: 30.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/92324>

3. [основная] Основы безопасности жизнедеятельности. Государственная система обеспечения безопасности населения : учебное пособие для СПО / А.Н. Приешкина [и др.].. — Саратов : Профобразование, 2020. — 76 с. — ISBN 978-5-4488-0743-5. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/92323.html> (дата обращения: 30.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей. - DOI: <https://doi.org/10.23682/92323>