



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

Утверждаю

Зам. директора по УР

 Коробкова Е.А.

«31» августа 2022 г.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
на 2022 - 2023 учебный год

Специальности	<b>09.02.07 Информационные системы и программирование</b>	
Наименование дисциплины	БОД.09 Основы безопасности жизнедеятельности	
Курс и группа	1 курс ВЕБ-22-2	
Семестр	1	
Преподаватель (ФИО)	Садовников Федор Викторович	
Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем	34	час
В том числе:		
теоретические занятия	24	час
лабораторные работы	0	час
практические занятия	10	час
курсовое проектирование	0	час
консультации	0	час
Самостоятельная работа	0	час

Проверил Филиппова Т.Ф. 31.08.2022

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
<b>Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>				
<b>Тема 1.1. Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения</b>				
1	теория	Основы безопасности жизнедеятельности - ОБЖ как наука. Безопасность. Опасные и чрезвычайные ситуации. Классификация ЧС.	1	Повторить пройденный материал.
2-3	практическое занятие	Правила поведения в быту. Пожары. Правила дорожного движения. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе.	2	Повторить пройденный материал.
4-5	практическое занятие	Правила поведения в ситуациях социального характера. Экстремизм и терроризм. Действия при захвате в заложники, при вооружённом нападении и других ситуациях террористической направленности.	2	Отработать порядок действий при обнаружении предмета, похожего на взрывное устройство.
6	теория	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.	1	Выписать в конспект правила поведения при землетрясении.
7	теория	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1	Выписать в конспект опасные производства Иркутской области.
8	теория	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Цели создания, назначение, основные задачи, структура, уровни управления, органы, силы и средства РСЧС.	1	1) Повторить пройденный материал. 2) Найти информацию о деятельности РСЧС в Иркутской области.
<b>Тема 1.2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.</b>				
9	теория	Современные средства поражения. Оружие массового поражения и его поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.	1	Найти информацию о защитных сооружениях Иркутской области.
10	теория	Гражданская оборона (ГО). Основные задачи, структура, уровни и руководство, силы и средства ГО.	1	Прочитать про этапы развития ГО.
11	теория	Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени. Алгоритмы действий по сигналам оповещения.	1	Записать в конспект алгоритм действий при наводнении.
12	теория	Средства индивидуальной и коллективной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного времени.	1	Отработать выполнение норматива по надеванию противогаза.
13	теория	Организация гражданской обороны в учебных учреждениях. Эвакуация и рассредоточение в безопасные районы.	1	Найти информацию о безопасных районах Иркутской области.
14	практическое занятие	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения. Порядок действий при эвакуации.	1	Повторить порядок действий при эвакуации из здания техникума.
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>				
<b>Тема 2.1. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>				
15	теория	Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1	Ознакомиться со статистикой инфекционных заболеваний Иркутской области.
16-17	теория	Понятие первой помощи. Неотложные состояния. Основной алгоритм оказания первой помощи.	2	Повторить материал занятия.

18-19	практическое занятие	Виды ран. Кровотечения. Оказание первой помощи при различных видах ран.	2	Записать в конспект правила наложения кровоостанавливающего жгута на различные части тела при кровотечениях.
20	теория	Травмы. Первая помощь при различных видах травм.	1	Повторить порядок наложения повязок при различных видах травм.
21-22	практическое занятие	Правила оказания первой помощи при ушибах, вывихах, растяжениях, переломах. Правила наложения повязок при различных видах травм.	2	
23	теория	Правила оказания первой помощи при ожогах и обморожениях.	1	Повторить правила оказания первой помощи при ожогах и обморожениях.
24	теория	Правила оказания первой помощи при поражении электрическим током.	1	Повторить пройденный материал.
25	теория	Правила оказания первой помощи при утоплении.	1	Записать в конспект способы помощи утопающему на воде.
26	теория	Правила оказания первой помощи при отравлениях.	1	Выписать в конспект правила оказания помощи при укусе клеща.
27	практическое занятие	Первая помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте. Клиническая смерть. Правила оказания первой помощи и техника реанимации.	1	Освоить технику непрямого массажа сердца.
<b>Тема 2.2. Основы здорового образа жизни.</b>				
28	теория	Здоровье человека, общие понятия и определения. Основные критерии здоровья.	1	Повторить пройденный материал.
29	теория	Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья, средство обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности.	1	Повторить пройденный материал.
30	теория	Общие понятия о биологических ритмах и режиме жизнедеятельности человека, их значение для здоровья.	1	Составить свой ежедневный распорядок дня.
31	теория	Правила личной гигиены и здоровье. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.	1	Проанализировать собственное соблюдение правил гигиены и двигательной активности в повседневной жизни.
32	теория	Нравственность и здоровье. Семья. Формирование правильного взаимоотношения полов. Заболевания, передаваемые половым путём.	1	Записать в конспект способы профилактики венерических заболеваний.
33	теория	Значение двигательной активности для здоровья человека. Использование факторов окружающей природной среды для закаливания и укрепления здоровья.	1	Составить алгоритм действий при закаливании.
34	теория	Вредные привычки и их социальные последствия. Влияние курения, алкоголя, наркомании и токсикомании на здоровье человека.	1	Выписать в конспект 5 эффективных способов бросить курить.
Всего:			34	

## ЛИТЕРАТУРА

- [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>

2. [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>

3. [основная] Основы безопасности жизнедеятельности и первой медицинской помощи : учебное пособие / Р.И. Айзман [и др.].. — Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2017. — 463 с. — ISBN 978-5-379-02006-4. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/65283.html> (дата обращения: 30.08.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей