



Министерство образования Иркутской области  
ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»

Утверждаю  
Заместителя директора по УР  
  
Коробкова Е.А.  
«31» августа 2022 г.

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

Специальности	<b>15.02.08 Технология машиностроения</b>	
Наименование дисциплины	БОД.09 Основы безопасности жизнедеятельности	
Курс и группа	1 курс ТМ-22-1	
Семестр	2	
Преподаватель (ФИО)	Садовников Федор Викторович	
Обязательная аудиторная нагрузка на дисциплины БОД	38	час
В том числе:		
теоретических занятий	28	час
лабораторных работ	0	час
практических занятий	10	час
консультаций по курсовому проектированию	0	час
Проверил	Филиппова Т.Ф. 31.08.2022	

№	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	Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья, средство обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности.	1	Подготовить проект плаката о здоровом образе жизни.
2	теория	Общие понятия о биологических ритмах и режиме жизнедеятельности человека, их значение для здоровья.	1	Ознакомиться с биологическими ритмами и их влиянием на работоспособность человека. Уяснить, что режим труда и отдыха, хороший сон - являются составляющими ЗОЖ.
3	теория	Правила личной гигиены и здоровье. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.	1	Выяснить какие существуют способы закаливания и какие подходят именно Вам.
4	теория	Нравственность и здоровье. Семья. Формирование правильного взаимоотношения полов. Заболевания, передаваемые половым путём.	1	Выписать в конспект способы профилактики венерических заболеваний.
5	теория	Вредные привычки, их социальные последствия и профилактика.	1	Определить: к каким вредным привычкам склонны именно Вы и наметить пути их профилактики.
6	теория	Влияние алкоголя на здоровье.	1	Прочитать конспект по данной теме.
7	теория	Курение и его влияние на здоровье человека.	1	Наметить для себя один из способов избавления от пагубных привычек.
8	практическое занятие	Влияние наркомании и токсикомании на здоровье, социальные последствия.	1	Разработать проект листовки по профилактике наркомании и токсикомании.
9	теория	Психологическое состояние человека и причины самоубийств.	1	
<b>Раздел 2. Основы военной службы</b>				
<b>Тема 2.1. Вооружённые силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества и его национальных интересов.</b>				
10	теория	Национальная безопасность России. Оборона государства. Основные положения военной доктрины РФ.	1	Ознакомиться с положениями Конституции РФ о безопасности России.
11	теория	История создания и развития Вооруженных Сил России, их назначение и задачи.	1	Ознакомиться с основными положениями ФЗ РФ "Об обороне".
12	теория	Органы военного управления и состав Вооруженных Сил России.	1	Найти в разных источниках и выписать в конспект о действующем командовании видами и родами войск ВС РФ.
13-14	теория	Структура Вооруженных Сил России. Основные виды и рода войск. Военные округа и флот России.	2	Подготовить материал о новых видах техники и вооружения, применяемых в ходе специальной военной операции на Украине в 2022г.
15	теория	Другие виды Вооруженных Сил России.	1	Найти информацию о кадровом составе Пограничных войск России.
16	теория	Воинская обязанность граждан России.	1	Повторить пройденный материал.
17	теория	Военная служба - особый вид государственной службы. Военнослужащие и их статус.	1	Повторить пройденный материал.
18	теория	Виды службы. Срочная служба по призыву, контрактная и альтернативная гражданская служба.	1	

19	практическое занятие	Ответственность граждан за уклонение от воинской обязанности. Ответственность военнослужащих.	1	Прочитать материал по теме занятия.
20	теория	Общевоинские уставы ВС РФ - закон воинской жизни. Устав внутренней службы. Военная присяга - клятва воина на верность Родине.	1	Выучить текст военной присяги.
21	практическое занятие	Военнослужащие ВС РФ и взаимоотношения между ними. Единоначалие. Командиры и подчинённые. Старшие и младшие. Права и обязанности.	1	Ознакомиться с поощрениями солдат срочной службы.
22	теория	Дисциплинарный Устав ВС РФ. Воинская дисциплина. Поощрения и взыскания.	1	Выписать в конспект на чем основывается воинская дисциплина, к чему обязывается и чем достигается.
23	теория	Устав внутренней службы. Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок. Суточный наряд.	1	Выписать за что отвечает дневальный по роте и что ему запрещено.
24	практическое занятие	Устав гарнизонной и караульной службы. Караул. Часовой. Обязанности и порядок действий на посту.	1	Записать в конспект в чем заключается неприкосновенность часового.
25	теория	Строевой устав ВС РФ. Основные понятия и определения. Необходимость строевой подготовки.	1	Просмотреть видео по строевой подготовке.
26-27	теория	Огневая подготовка. Материальная часть, работа частей и механизмов автомата Калашникова.	2	Выписать в конспект ТТХ автомата Калашникова 7,62мм и 5,45мм.
28-29	практическое занятие	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова. Выполнение норматива.	2	Добиться результата выполнения норматива по неполной разборке и сборке АК на "хорошо" и "отлично".

### *Тема 2.2. Боевые традиции Вооруженных Сил России*

30	теория	Родина. Патриотизм - духовно-нравственная основа личности военнослужащего.	1	
31-32	практическое занятие	Дни воинской славы России - память поколений.	2	Прочитать конспект по данной теме.
33	теория	Войсковое товарищество - боевая традиция российской армии.	1	Подготовить информацию о примерах войскового товарищества.
34-35	практическое занятие	Основные формы увековечивания памяти российских воинов.	2	

### *Тема 2.3. Символы Воинской чести*

36	теория	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	Выписать в конспект ритуалы повседневной деятельности ВС РФ.
37	теория	Боевое знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы.	1	Найти информацию о присвоении воинским частям звания "Гвардейской" в годы Великой Отечественной войны 1941-1945 годов и в ходе специальной военной операции на Украине в 2022 году.
38	теория	Награды России за воинские отличия.	1	
Всего:		38		

## ИСТОЧНИКИ

- [основная] Содержание данного пособия соответствует программам общепрофессиональных дисциплин Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования. В книге излагаются правила поведения человека в различных экстремальных ситуациях природного,

техногенного, биологического, бытового характера и основы первой медицинской помощи. В новом издании подробно рассматриваются также социально опасные явления, правовые аспекты защиты и самозащиты от них. Освещаются вопросы формирования здорового образа жизни. Приводятся алгоритм оказания первой медицинской помощи и словарь основных понятий по курсу «Безопасность жизнедеятельности». Пособие адресовано студентам всех факультетов педагогических, гуманитарных и технических вузов, учащимся старших классов и преподавателям ОБЖ. Может быть полезно парамедикам, водителям и работникам служб ЧС, студентам медицинских учебных заведений, учителям школ и родителям.

2. [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.