



Министерство образования Иркутской области
ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»

Утверждаю

Зам. директора

Коробкова Е.А.

«31» августа 2022 г.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
на 2022 - 2023 учебный год

Специальности	15.02.16 Технология машиностроения		
Наименование дисциплины	БОД.09 Основы безопасности жизнедеятельности		
Курс и группа	1 курс ТМ-22-2А		
Семестр	1		
Преподаватель (ФИО)	Чернигов Павел Николаевич		
Работа обучающихся во взаимодействии с преподавателем	34		час
В том числе:			
теоретические занятия	22		час
лабораторные работы	0		час
практические занятия	10		час
курсовое проектирование	0		час
консультации	0		час
Самостоятельная работа	0		час

Проверил _____ 31.08.2022

№	Вид занятия	Наименование разделов, тем, СРС	Кол-во	Домашнее задание
Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях				
Тема 1.1. Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения				
1	теория	Основы безопасности жизнедеятельности - ОБЖ как наука. Безопасность. Опасные и чрезвычайные ситуации. Классификация ЧС.	1	Выучить определение "Чрезвычайная ситуация".
2	практическое занятие	Правила поведения в быту. Пожары. Правила дорожного движения. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе.	1	Найти информацию о способах добывания огня в условиях вынужденной автономии в природе.
3	теория	Правила поведения в ситуациях социального характера. Экстремизм и терроризм.	1	Прочитать информацию о правилах поведения в толпе.
4	теория	Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	Законспектировать алгоритм поведения при землетрясении.
5-6	практическое занятие	Действия при захвате в заложники, при вооружённом нападении и других ситуациях террористической направленности.	2	Составить алгоритм поведения при обнаружении подозрительных предметов (взрывных устройств).
7	теория	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Цели создания, назначение, основные задачи, структура, уровни управления, органы, силы и средства РСЧС.	1	Найти информацию о деятельности РСЧС в Иркутской области.
Тема 1.2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны				
8	теория	Современные средства поражения. Оружие массового поражения и его поражающие факторы. Мероприятия по защите населения.	1	Прочитать конспект по теме "Современные средства поражения".
9	теория	Гражданская оборона (ГО). Основные задачи, структура, уровни и руководство, силы и средства ГО.	1	Прочитать конспект по теме "Гражданская оборона".
10	теория	Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени и алгоритмы действий.	1	Законспектировать основные мероприятия, проводимые по различным сигналам оповещения.
11	теория	Организация гражданской обороны в учебных учреждениях. Эвакуация и рассредоточение в безопасные районы.	1	Повторить пройденный материал.
12	теория	Средства индивидуальной и коллективной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного времени.	1	Потренироваться в выполнении норматива по надеванию противогаза.
13-14	практическое занятие	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения. Порядок действий при эвакуации.	2	Приготовить презентацию на тему "Защитные сооружения Иркутской области".
Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни				
Тема 2.1. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи				
15	теория	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1	Сделать выписку в конспект о статистике инфекционных заболеваний в России 2018-2022г.
16	теория	Понятие первой помощи. Неотложные состояния. Основной алгоритм оказания первой помощи.	1	Выписать алгоритм оказания первой помощи в конспект.

17	практическое занятие	Виды ран. Кровотечения. Оказание первой помощи при различных видах ран.	1	Подготовить сообщение на тему "Первая помощь при огнестрельных ранениях".
18	теория	Травмы. Первая помощь при различных видах травм.	1	Ознакомиться с техникой наложения повязок на голову.
19-20	практическое занятие	Правила оказания первой помощи при ушибах, вывихах, растяжениях, переломах.	2	Отработать технику наложения шин на конечности.
21	теория	Правила оказания первой помощи при ожогах и обморожениях.	1	Ознакомиться с видами солнечных ожогов (ударов) и правилами оказания первой помощи при них.
22-23	консультация	консультация	2	
24	теория	Правила оказания первой помощи при поражении электрическим током.	1	Ознакомиться с правилами безопасного поведения при нахождении пострадавшего под воздействием электрического тока.
25	теория	Правила оказания первой помощи при утоплении.	1	Ознакомиться с основными видами утопления и их признаками.
26-27	практическое занятие	Первая помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте. Клиническая смерть. Правила оказания первой помощи и техника реанимации.	2	Повторить пройденный материал.
28	теория	Правила оказания первой помощи при отравлениях.	1	Ознакомиться с правилами первой помощи при укусе насекомыми.
Тема 2.2. Основы здорового образа жизни				
29	теория	Здоровье человека, общие понятия и определения. Основные критерии здоровья.	1	Выясните в чем различие понятий "здоровый индивид" и "общественное здоровье"?
30	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.
31	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.
32	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.
33	теория	Нравственность и здоровье. Семья. Формирование правильного взаимоотношения полов. Заболевания, передаваемые половым путём.	1	Выписать в конспект способы профилактики венерических заболеваний.
34	теория	Вредные привычки, их социальные последствия и профилактика. Влияние алкоголя, курения, наркомании и токсикомании на здоровье человека.	1	Определить: к каким вредным привычкам склонны именно Вы и наметить пути их профилактики.
Всего:			34	

ИСТОЧНИКИ

1. [основная] Курс лекций подготовлен в соответствии с программой учебной дисциплины, изучаемой в учреждениях среднего профессионального образования. Соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту. Рассматриваются основы здорового образа жизни,

первой помощи при травмах и повреждениях, обеспечения личной безопасности в повседневной жизни и в условиях ЧС. Особое внимание уделено государственной системе обеспечения безопасности в Российской Федерации. Предназначен для обучающихся по программам среднего профессионального образования (СПО), может представлять интерес для преподавателей при подготовке к занятиям, а также быть полезным студентам при изучении дисциплины «Безопасность жизнедеятельности».