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 **09.02.07 Информационные системы и программирование**
Наименование дисциплины БОД.09 Основы безопасности жизнедеятельности
Курс и группа 1 курс ВЕБ-22-1
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
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**	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.
Тема 1.2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.				
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.
Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни				
Тема 2.1. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи				
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 оказание 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 оказании 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.
Тема 2.2. Основы здорового образа жизни.				
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

1. [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 c. — 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 c. — 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 c. — 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