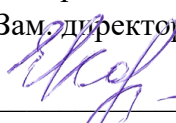




Министерство образования Иркутской области  
*ГБПОУИО «Иркутский авиационный техникум»*

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-22-3                                           |  |     |
| 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.<br>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

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 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