

2. Содержание календарно-тематического плана

№ п/п раздела	Наименование разделов и тем учебной дисциплины	Объем времени на освоение УД			№ урока	Наименование темы урока (занятия)	Кол-во час. на урок/ занятие	Дата проведения урока	
		Обязательная аудиторная нагрузка		сам. работа, час.				План	Факт
		Всего часов	в т. ч. прак. занятий, час.						
1 семестр									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Введение	2	-	1	1	Актуальность изучения дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности», цели и задачи дисциплины.	1		
					2	Формирование безопасного мышления и поведения.	1		
2	Раздел 1. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья	16	8	8					
					3	Здоровье и здоровый образ жизни.	1		
					4	Факторы, способствующие укреплению здоровья	1		
					5	Практическое занятие № 1 Выполнение творческих заданий: «Безопасность в рисунке», «Эссе».			

				6	Практическое занятие № 1 Выполнение творческих заданий: «Безопасность в рисунке», «Эссе».			
				7	Психологическая уравновешенность и её значение для здоровья.	1		
				8	Рациональное питание и его значение для здоровья.	1		
				9	Практическое занятие № 2. Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	1		
				10	Практическое занятие № 2. Изучение основных положений организации рационального питания и освоение методов его гигиенической оценки.	1		
				11	Вредные привычки и их профилактика.	1		
				12	Правила и безопасность дорожного движения	1		
				13	Практическое занятие № 3. Вредные привычки и их влияние на здоровье	1		
				14	Практическое занятие № 3. Вредные привычки и их влияние на здоровье	1		
				15	Практическое занятие № 4. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1		
				16	Практическое занятие № 4. Изучение моделей поведения пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств при организации дорожного движения.	1		
				17	Репродуктивное здоровье как составляющая часть здоровья человека и общества.	1		

				18	Правовые основы взаимоотношения полов. Права и обязанности родителей. Конвенция ООН «О правах ребенка»	1		
Раздел 2. Государственная система обеспечения безопасности населения	24	14	12					
				19	Общие понятия и классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1		
				20	Характеристика чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1		
				21	Практическое занятие № 5 Классификация ЧС.	1		
				22	Практическое занятие № 5 Классификация ЧС.	1		
				23	Практическое занятие № 6 Изучение и отработка моделей поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического характера	1		
				24	Практическое занятие № 6 Изучение и отработка моделей поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического характера	1		
				25	Практическое занятие № 7 Изучение и отработка моделей поведения в чрезвычайных ситуациях на транспорте.	1		
				26	Практическое занятие № 7 Изучение и отработка моделей поведения в чрезвычайных ситуациях на транспорте.	1		
				27	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	1		

				28	Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.	1		
				29	Практическое занятие № 8. Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время.	1		
				30	Практическое занятие № 8 Основные мероприятия РСЧС и ГО по защите населения в мирное и военное время.	1		
				31	Оповещение и информирование населения об опасностях в ЧС мирного и военного времени. Эвакуация в условиях ЧС.	1		
				32	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	1		
				33	Практическое занятие № 9 Изучение первичных средств пожаротушения. Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара.	1		
				34	Практическое занятие № 9 Изучение первичных средств пожаротушения. Отработка порядка и правил действий при возникновении пожара.	1		
2 семестр								
				35	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в зонах чрезвычайных ситуаций.	1		
				36	Обучение населения защите от чрезвычайных ситуаций.	1		
				37	Практическое занятие № 10 Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	1		

					38	Практическое занятие № 10 Изучение и использование средств индивидуальной защиты от поражающих факторов в ЧС мирного и военного времени.	1		
					39	Организация Гражданской обороны в колледже. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, захвате в качестве заложника.	1		
					40	Государственные службы по охране здоровья и безопасности граждан. Правовые основы организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного времени.	1		
					41	Практическое занятие № 11 Выполнение основных мероприятий по противодействию терроризму.	1		
					42	Практическое занятие № 11 Выполнение основных мероприятий по противодействию терроризму.	1		
3	Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	30	8	15					
					43	Понятие первой помощи. Перечень состояний при которых оказывается первая помощь.	1		
					44	Понятие травм и их виды. Первая помощь при ранениях. Правила наложения повязок различных типов. Первая помощь при травмах.	1		
					45	Практическое занятие № 12. Наложение повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности.	1		
					46	Практическое занятие № 12.	1		

					Наложение повязок на голову, туловище, верхние и нижние конечности			
				47	Первая помощь при сотрясениях и ушибах головного мозга, переломах.	1		
				48	Первая помощь при электротравмах и повреждении молнией.	1		
				49	Первая помощь при синдроме длительного сдавливая. Понятие травматического токсикоза.	1		
				50	Понятие и виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.	1		
				51	Практическое занятие № 13. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	1		
				52	Практическое занятие № 13. Изучение и освоение основных приемов оказания первой помощи при кровотечениях.	1		
				53	Первая помощь при ожогах.	1		
				54	Первая помощь при воздействии низких температур.	1		
				55	Первая помощь при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, отравлениях.	1		
				56	Первая помощь при отсутствии сознания, кровообращения (остановке сердца).	1		
				57	Признаки расстройства кровообращения и клинической смерти	1		
				58	Правила проведения непрямого (наружного) массажа сердца и искусственного дыхания	1		
				59	Практическое занятие №14 Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	1		
				60	Практическое занятие №14 Изучение и освоение основных способов искусственного дыхания.	1		
				61	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	1		

				62	Основные инфекционные болезни, их классификация и профилактика	1		
				63	Практическое занятие № 15 Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1		
				64	Практическое занятие № 15 Инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1		
				65	Инфекции, передаваемые половым путём, их профилактика.	1		
				66	Ранние половые связи и их последствия для здоровья будущего ребёнка	1		
				67	Здоровье родителей и здоровье будущего ребенка. Основные средства планирования семьи.	1		
				68	Беременность и гигиена беременности	1		
				69	Основы уход за младенцем. Физиологические особенности развития новорожденных детей.	1		
				70	Формирование основ здорового образа жизни.	1		
				71	Дифференцированный зачет	1		
				72	Дифференцированный зачет	1		
	Итого	72	30	36	72			