Министерство просвещения ПМР

ГОУ СПО «Тираспольский техникум информатики и права»

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Утверждаю  Зам. директора по УР  \_\_\_\_\_\_\_\_ Л.И.Гончарук  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. |  | Утверждаю  Зам. директора по УР  \_\_\_\_\_\_\_\_ Л.И.Гончарук  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. |  | Утверждаю  Зам. директора по УР  \_\_\_\_\_\_\_\_ Л.И.Гончарук  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_20\_\_ г. |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

**на 2022-2023 уч. год на 2023-2024 уч. год на 2024-2025 уч. год**

**по дисциплине БД. 11 «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Составлен на основании рабочей программы, утвержденной директором, \_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_ года

|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрен на заседании цикловой методической комиссии дисциплин профессионального цикла  от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_  от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_  от \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_ | |
|  |

Специальность/профессия: 2.09.02.03 Программирование в компьютерных системах

Преподаватель: Гуцул Л. М., преподаватель информационных технологий первой квалификационной категории

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Курс | Семестр | Максимальная учебная нагрузка студентов  (час) | (Внеаудиторная) Самостоятельная работа студентов | Обязательная аудиторная нагрузка (час) | в том числе | | | | Количество обязательных контрольных работ по программе | Форма промежуточной аттестации |
| Теоретические занятия | Лабораторные работы (час) | Практические занятия (час) | Курсовое проектирование |
| I курс | VII семестр | 105 | 35 | 70 | 36 |  | 34 |  |  | Диф.зачет |
| Всего по дисциплине | | 105 | 35 | 70 | 36 |  | 34 |  |  | Диф.зачет |

**II Содержание календарно-тематического плана**

| **Номер**  **занятия** | **Наименование разделов, тем дисциплины** | **Количество часов** | | **Тип (вид)**  **занятий** | **Материально-техническое обеспечение**  **занятий, интернет-ресурсы** | **Задания**  **для обучающихся** | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ауди-торных**  **занятий** | **Внеауди-торной (самостоя-тельной) работы** | **Виды внеаудиторной (самостоятельной работы)** | **Основная и дополнительная литература** |
| **1** | **2** | **3** | | **4** | **5** | **6** | |
|  | **Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях** | **10** | **6** |  |  |  |  |
|  | **Тема 1.1.**  **Организация системы Гражданской защиты ПМР** | **2** | **2** |  |  |  |  |
| 1 | Гражданская защита населения | 2 | 2 | Урок изучения и первичного закрепления нового материала (проблемная лекция с элементами беседы) | ПК, экран, видеопроектор | Подготовиться презентацию на тему «Гражданская защита населения» | [1], §1-1.2 |
|  | **Тема 1.2**  **Чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера** | **2** | **1** |  |  |  |  |
| 2 | **Практическое занятие № 1** Чрезвычайные ситуации природного происхождения. Защита населения от их последствий. Характеристика и их возможные последствия. | 2 | 1 | Урок обобщения и систематизации знаний и способов деятельности (беседа, рассказ) | ПК, экран, видеопроектор | Подготовить сообщение по темам «Техногенные катастрофы современности», «Сильнодействующие ядовитые вещества» | [1], §2.1-2.3 |
|  | **Тема 1.3. Современные боевые средства поражения и их поражающие факторы. Основные мероприятия по защите населения в чрезвычайных ситуация** | **6** | **3** |  |  |  |  |
| 3 | Ядерное, химическое и бактериологическое оружие. | 2 | 3 | Урок изучения и первичного закрепления нового материала (проблемная лекция с элементами беседы) | ПК, экран, видеопроектор | Подготовка сообщения по теме «Современные средства поражения», «Запрещённые химические вещества», «Средства индивидуальной защиты», «Средства коллективной защиты» | [1], §3.1-3.4 |
| 4 | Единая система оповещения о чрезвычайных ситуациях в мирное и военное время. | 2 |  | Урок обобщения и систематизации знаний и способов деятельности (беседа, рассказ) | ПК, экран, видеопроектор |  | [1], §5.3 |
| 5 | **Практическое занятие № 2** Изготовление ватно-марлевой повязки. Средства защиты кожи. Общевойсковой защитный костюм Л-1, назначение и правила пользования. Подручные средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Изучение и выполнение нормативов по пользованию средствами индивидуальной защиты (СИЗ). | 2 |  | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, экран, видеопроектор |  | [1], §4.1-4.2 |
|  | **Раздел 2. Основы медицинских знаний** | **20** | **9** |  |  |  |  |
|  | **Тема 2.1.**  **Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях** | **10** | **5** |  |  |  |  |
| 6 | **Практическое занятие № 3** Правила наложения стерильных повязок. Правила наложения стерильных повязок на голову и грудь, на живот и верхние конечности, на промежность и нижние конечности. Понятие о ране. Виды ран, их классификация. Меры профилактики заражения ран. Осложнения при ранениях. Первая медицинская помощь при ранениях. Профилактика осложнения ран. | 2 | 1 | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП | Разработка ситуационных задач, составление алгоритма действий при оказании первой медицинской помощи при ранении и травмах | [2], §21 стр.149 |
| 7 | **Практическое занятие № 4** Кровотечения, их виды. Характеристика кровотечений. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы временной остановки кровотечения. Точки пальцевого прижатия артерий. Синдром сдавливания. Ожоги. Переломы костей. | 2 | 1 | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП | Поиск видеоролика по темам: «Ожоги», «Отморожения» | [2], §21 стр.149 |
| 8 | **Практическое занятие № 5** Искусственная вентиляция легких и непрямой массаж сердца. Остановка сердца и прекращения дыхания. Понятие об острой сердечной недостаточности. Инсульт. | 2 | 1 | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП | Подготовка сообщения по теме: «Ядовитые растения и грибы нашего региона» | [2], §21 стр.149 |
| 9 | **Практическое занятие №6** Обморожения и их профилактика. Понятие о солнечном и тепловом ударе; потеря сознания и обморочное состояние. Утопление. Укусы ядовитых змей и насекомых. | 2 | 1 | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП | Составления кроссворда по теме: «Ядовитые насекомые», «Ядовитые растения» | [2] конспект |
| 10 | **Практическое занятие №7** Контрольное занятие.Отработка навыков оказания первой медицинской помощи | 2 | 1 | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП | Подготовка презентации «Оказание первой помощи» | [2], §2.1 -4.1 |
|  | **Тема 2.2.**  **Радиационные поражения** | **2** | **1** |  |  |  |  |
| 11 | Понятие о радиации. Лучевые болезни. | 2 | 1 | Урок обобщения и систематизации знаний и способов деятельности (беседа, рассказ) | ПК, экран, видеопроектор | Подготовка реферата «Радиация. Радиационные поражения людей» | [1], §9  стр. 115 |
|  | **Тема 2.3**  **Поражение отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами. Профилактика и первая медицинская помощь** | **2** | **1** |  |  |  |  |
| 12 | Признаки поражения отравляющими веществами. | 2 | 1 | Урок изучения и первичного закрепления нового материала (проблемная лекция с элементами беседы) | ПК, экран, видеопроектор | Подготовка презентации «Сильнодействующие ядовитые вещества и технические жидкости» | [1], §8.2  стр. 97 |
|  | **Тема 2.4**  **Инфекционные болезни** | **6** | **2** |  |  |  |  |
| 13 | Понятие об инфекционных болезнях.  Причины их возникновения, механизм передачи инфекций. | 2 | 2 | Урок обобщения и систематизации знаний и способов деятельности (беседа, рассказ) | ПК, экран, видеопроектор | Заполнение таблиц: «Инфекционные заболевания», «Дезинфекция жилых помещений, одежды, обуви, постельного и нательного белья, посуды» | [2], §1.2, 1.3 |
| 14 | Дезинфекция, формы, значение | 2 |  | Урок обобщения и систематизации знаний и способов деятельности (беседа, рассказ) | ПК, экран, видеопроектор |  | конспект |
| 15 | Контрольная работа №1. Обобщение и систематизация материала | 2 |  | Урок комплексного применения знаний. Контрольная работа |  |  | [1], §1.1-8.2 |
|  | **Раздел 3. Основы здорового образа жизни и его составляющие.** | **12** | **8** |  |  |  |  |
|  | **Тема 3.1.**  **Здоровый образ жизни и его составляющие.** | **2** | **2** |  |  |  |  |
| 16 | **Практическое занятие № 8.** Здоровый образ жизни. Факторы влияющие на здоровье. Основы личной гигиены. Значение режима дня | 2 | 2 | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП | Подготовить презентацию о здоровом образе жизни | [2],3.1  стр. 172 |
|  | **Тема 3.2 Двигательная активность и ее значение для здоровья. Закаливание как средство укрепления здоровья. Рациональное питание и здоровый образ жизни** | **2** | **2** |  |  |  |  |
| 17 | Значение двигательной активности для здоровья. | 2 | 2 | Урок изучения и первичного закрепления нового материала (проблемная лекция с элементами беседы) | ПК, экран, видеопроектор | Подготовить презентации о закаливании | [2], §8.3 |
|  | **Тема 3.3 Вредные привычки, их влияние на здоровье. Социальные последствия вредных привычек. Профилактика и преодоление вредных привычек.** | **8** | **4** |  |  |  |  |
| 18 | Полезные и вредные привычки. | 2 |  | Урок изучения и первичного закрепления нового материала (проблемная лекция с элементами беседы) | ПК, экран, видеопроектор |  | [1], §5.1,  стр. 248-263 |
| 19 | **Практическое занятие № 9** Влияние алкоголя на организм подростка. | 2 |  | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП |  | [2], §2.3  стр. 197 |
| 20 | **Практическое занятие № 10** Влияние никотина на организм подростка. | 2 | 2 | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП | Заполнить таблицу влияния никотина на внутренние органы человека. | [2], §2.3  стр. 203 |
| 21 | **Практическое занятие № 11** Влияние наркотиков на организм подростка. | 2 | 2 | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП | Подготовить презентацию на тему «Влияние никотина на организм человека», «Влияние наркотиков на организм человека» | [2], §2.3  стр. 205 |
|  | **Раздел 4. Основы здорового образа жизни и семейные ценности** | **14** | **8** |  |  |  |  |
|  | **Тема 4.1**  **Семья в современном обществе, функции семьи** | **8** | **4** |  |  |  |  |
| 22 | Формы общения между людьми, выражения своих чувств и эмоций,  проявление дружбы и любви. | 2 | 2 | Урок изучения и первичного закрепления нового материала (проблемная лекция с элементами беседы) | ПК, экран, видеопроектор | Конспектирование на темы: «Формы общения между людьми» | конспект |
| 23 | Знакомство. Брак. Права и обязанности. | 2 | 2 | Урок обобщения и систематизации знаний и способов деятельности (беседа, рассказ) | ПК, экран, видеопроектор | «Семейный кодекс ПМР «Законодательство о семье» Составить месячный бюджет семьи | конспект |
| 24 | Причины нарушений в семейных отношениях | 2 |  | Урок обобщения и систематизации знаний и способов деятельности (беседа, рассказ) | ПК, экран, видеопроектор |  | конспект |
| 25 | **Практическое занятие № 12**  Распределение семейного бюджета | 2 |  | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП |  | конспект |
|  | **Тема 4.2 Венерические болезни и их профилактика. СПИД и его профилактика** | **2** | **2** |  |  |  |  |
| 26 | Понятие о сексуальной жизни человека | 2 | 2 | Урок изучения и первичного закрепления нового материала (проблемная лекция с элементами беседы) | ПК, экран, видеопроектор | Подготовить презентацию о СПИДе | конспект |
|  | **Тема 4.3.**  **Репродуктивное здоровье женщины** | **2** | **1** |  |  |  | конспект |
| 27 | Репродуктивное здоровье женщины | 2 | 1 | Урок изучения и первичного закрепления нового материала (проблемная лекция с элементами беседы) | ПК, экран, видеопроектор | Уголовный кодекс ПМР. Конспектирование по теме |  |
|  | **Тема 4.4.**  **Беременность женщины** | **2** | **1** |  |  |  |  |
| 28 | Беременность и гигиена беременности | 2 | 1 | Урок изучения и первичного закрепления нового материала (проблемная лекция с элементами беседы) | ПК, экран, видеопроектор | Конспектирование по теме «Беременность женщины» | конспект |
|  | **Раздел 5. Этические нормы социальной жизни.** | **12** | **6** |  |  |  |  |
|  | Тема 5.1.Понятие об этике и эстетике.Правила поведения людей в различных ситуациях | **8** | **4** |  |  |  |  |
| 29 | **Практическое занятие № 13** Введение в этику. Этикет | 2 |  | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП |  | конспект |
| 30 | **Практическое занятие № 14** Культура речи – форма проявления интеллекта. | 2 | 2 | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП | Формы общения людей. Правила поведения. | конспект |
| 31 | **Практическое занятие № 15** Приветствие и представление | 2 |  | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП |  | конспект |
| 32 | **Практическое занятие № 16** Поведение в общественных местах | 2 | 2 | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП | Правила поведения в обществе транспорте, техникуме. | конспект |
|  | **Тема 5.2.**  **Межличностные отношения людей** | **4** | **2** |  |  |  |  |
| 33 | Психология подростка. | 2 | 2 | Урок изучения и первичного закрепления нового материала (проблемная лекция с элементами беседы) | ПК, экран, видеопроектор | Подготовить презентацию о типах темперамента  Заполнить таблицу о свойствах темперамента | конспект |
| 34 | **Практическое занятие № 17** Формирование коммуникативных навыков | 2 |  | Урок комплексного применения знаний и способов деятельности  (практическая работа) | ПК, ЭУП |  | конспект |
| 35 | **Дифференцированный зачет** | **2** |  |  |  |  |  |

**Используемая литература**

**Основная**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Автор | Издательство, год издания |
| 1 | Конституция ПМР |  |  |
| 2 | Семейный кодекс ПМР (действующая редакция). |  |  |
| 3 | Основы безопасности жизнедеятельности | Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А. | учебник. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2010 |
| 4 | Кантемиров Н.П. | Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях | Тирасполь: ПГИРО, 2007 |
| 5 | Микрюков В.Ю. | Безопасность жизнедеятельности | изд. « Форум», 2008 |
| 6 | Воробьева Ю.Л. | Основы безопасности жизнедеятельности. | Учебник 10 кл М., 2008. |
| 7 | Воробьева Ю.Л. | Основы безопасности жизнедеятельности. | Учебник 11 кл М., 2008. |
| 8 | Топоров И.К | Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации 10 – 11 кл. | М., 2007. |
| 9 | Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. | Основы безопасности жизнедеятельности. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. 10 – 11 кл. | М., 2007. |
| 10 | Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10 кл. общеобразоват. учрежд | Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10 кл. общеобразоват. учрежд | А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, В.А.Васнев; под ред. А.Т.Смирнова. 8-е изд., перераб. М., 2007: |

**Дополнительная**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Автор | Издательство, год издания |
| 11 | Большой энциклопедический словарь |  | М., 1997. |
| 12 | Петров С.В. | Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие | С.В.Петров, В.Г.Бубнов. М., 2000. |
| 13 | Смирнов А.Т. | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль знаний старшеклассников: 10 – 11 кл. | А.Т.Смирнов, М.В.Маслов; под ред. А.Т.Смирнова. М., 2007. |
| 14 | Смирнов А.Т. | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10 – 11 кл. общеобразоват. учрежд. | А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский; под общ. ред. А.Т.Смирнова. 6 изд. М., 2006. |
| 15 | Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. | Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 10 кл. | М., 2007. |

**Интернет источники**

16. teachpro.ru/Course/Пособие+по+**ОБЖ**.+11+**класс**‎

17. interneturok.ru/ru/school/obzh/10-**klass**‎

18. www.liveinternet.ru/users/abnylali/post314538833/‎

198. obz112.ru/studentam/obzh-rabochaya-tetrad-11-kl-latchuk-v-n.html‎