

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Саратовской области
«Школа – интернат для обучающихся по адаптированным образовательным
программам р.п. Базарный Карабулак»

Рассмотрено
на заседании МО

ЧП Чаплина Т.П./
Протокол № 1
от «31» августа 2023 г.

Согласовано:
Зам. директора по ВР

ЧП Чаплина Т.П./
«31» августа 2023г.

Утверждено:
Директор школы-интерната:
М.В.В. Мов В.В./
Приказ № 159
от «31» августа 2023 г.



**Адаптированная рабочая
программа**
по внеурочной деятельности
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для 5,6,7 классов

Составитель: Ганина И.П.,
учитель

2023 - 2024 учебный год

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана для детей с легкой умственной отсталостью на основе требований следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. №1599) Зарегистрировано в Минюсте РФ 3 февраля 2015 г.;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. N 26 «Об утверждении САНПИН 2.4.2.3286 – 15 "Санитарно – эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
- Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденная приказом министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022г. №1026;
- Учебный план образовательного учреждения на 2023/2024 учебный год, принятый педагогическим советом.
- Устав ГБОУ СО «Школа-интернат для обучающихся по АОП р.п. Базарный Карабулак» Приказ Министерства образования Саратовской области от 10 ноября 2015г.
- Положение о рабочей программе по учебному предмету (курсу) педагога, утвержденного приказом ОУ от 31 августа 2023г. №169.

Для реализации рабочей программы используется учебник:

- Основы безопасности жизнедеятельности: 5-7 классы учебник/Н. Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и другие- М.: Просвещение,2021

В современном мире опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера стали объективной реальностью в процессе жизнедеятельности каждого человека. Они несут угрозу его жизни и здоровью, наносят огромный ущерб окружающей природной среде и обществу. В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

Обстановка, складывающаяся в стране в области безопасности, настоятельно требует пересмотра системы подготовки подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности на основе комплексного подхода к формированию у них современного уровня культуры безопасности. Такой подход будет способствовать снижению отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, связанных с различными опасными и чрезвычайными ситуациями, в том числе с терроризмом, наркотизмом и военными угрозами.

Под культурой безопасности жизнедеятельности следует понимать способ организации деятельности человека, представленный в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение его жизни, здоровья и целостности окружающего мира.

Формирование современного уровня культуры безопасности является общешкольной задачей, так как изучение всех школьных предметов вносит свой вклад в формирование современного уровня культуры безопасности, но при этом ключевая роль

принадлежит курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». В то же время курс ОБЖ через собственную систему образовательных задач реализует подготовку обучающихся к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей их среде – природной, техногенной и социальной.

Каждую минуту каждый из нас может оказаться в неожиданной ситуации. Бывает, что даже известные вещи, предметы, ситуации могут стать опасными. Чтобы обезопасить себя, выжить, необходимо знать элементарные правила (правила поведения в обществе, дорожные правила, противопожарные, правила поведения на воде, правила общения с окружающей средой, животными).

С развитием социальной и экономической обстановки в мире с каждым годом все больше и больше прибавляется экстремальных и чрезвычайных ситуаций, требующих от нас, немедленных, но верных решений. Это и участившиеся взрывы наводнения, выбросы нефтегазовой промышленности, разнообразие новых видов мошенничества и конечно, угроза терроризма.

Считая, что современный ребенок, развивающийся в веке компьютеризации, для своей безопасной жизнедеятельности обязан знать все необходимые правила, быть самостоятельным, ответственным. Задача взрослых – родителей и педагогов подготовить к встрече с различными ситуациями, вооружить необходимыми знаниями как можно раньше.

Но что делать, если ребенок с нарушением интеллекта? И для него очень трудно дается и обучение, и воспитание, и развитие, и тем более социализация. Нарушены не только различные важные виды деятельности, понимание окружающей действительности, и даже самоощущение себя.

Нередко, ребенок с нарушением интеллекта не может сам себя обслужить, одеться, причесаться, понять какое действие нужно выполнить в данный момент. Такой маленький гражданин подвержен ещё большей опасности со стороны окружающей среды и социума.

Внеурочная деятельность по ОБЖ должна быть направлена на понимание и распознавание опасных ситуаций. Для учащегося специального учреждения необходимо постоянно напоминать, терпеливо разъяснять, добиваться автоматизации применений и осознанности в понимании даже самых элементарных правил поведения и знаний. Сущность программы заключается в комплексном решении всех педагогических и коррекционных задач на всех занятиях и всех видах детской деятельности. Разнообразие форм и методов, которые можно использовать на данных уроках, стимулируют к получению знаний. Обучающиеся могут рассказать о полученных знаниях на уроках, поделиться своим опытом по данной теме, что уже говорит о рефлексии и усвоении пройденного материала. Могут различать типы опасных ситуаций (на воде, дороге, опасные ситуации на улице, криминогенные ситуации), и выбрать типы правильных решений. Могут устно проследить цепочку последствий в той или иной ситуации, а так же построить ответ на заданный вопрос по алгоритму.

При разработке структуры и содержания программы были учтены **педагогические принципы** организации учебно- воспитательного процесса в области безопасности жизнедеятельности, а именно:

- непрерывность обучения;
- постепенное наращивание информационной и воспитательной нагрузки обучающихся в области безопасности жизнедеятельности с учетом их возрастных особенностей;
- усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об

оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;

- развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять требования, предъявляемые к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;

- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;

- развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

Изучение тематики данной учебной программы направлено на достижение следующих **целей**:

- усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;

- о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;

- развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять требования, предъявляемые к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;

- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;

- развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

Изучение тематики данной учебной программы направлено на достижение следующих **целей**:

- **усвоение знаний**:

— об опасных и чрезвычайных ситуациях,

— о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства,

— о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций,

— об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций,

— о здоровом образе жизни,

— об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях,

— о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;

— развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение, в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

— формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять требования, предъявляемые к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;

— воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности;

- развитие умений:

— предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников,

— принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

Рабочая программа рассчитана на 34 учебных часа (1 час в неделю) в каждом классе.

Содержание внеурочной деятельности

5 класс

Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя

Особенности организма человека. Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.

Здоровье органов чувств. Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаз инородного тела.

Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

Движение — это жизнь. Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания младшего подростка.

Компьютер и здоровье. Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

Мой безопасный дом

Безопасный дом. Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы). Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении химическими веществами (парами клея, краски, газом) и поражении электрическим током.

Практические работы

Измерение пульса, проверка выносливости; тренировка дыхательной системы; проверка степени загрязнения воды; анализ режима питания; овладение приёмами тренировки глаз; проверка уровня физической подготовки учащегося; составление программы закаливания; освоение правил пользования компьютером.

6 класс

Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

Школьная жизнь

Выбор пути: безопасная дорога в школу. Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога. Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. Оценка пешеходом дорожной ситуации. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта.

Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Может ли общение привести к беде. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечении. Помощь заболевшему ребёнку.

Ориентирование в школьных помещениях. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах

На игровой площадке

Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр.

Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.

Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки.

Безопасность в обществе(социуме)Какие конфликты возникают в социуме. Шантаж и угрозы- социальные опасности. Чрезвычайные ситуации социального характера. Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни здоровья граждан Российской Федерации.

Практические работы

Выбор безопасного маршрута от дома до школы; оценка дорожной обстановки; освоение правил дорожного движения; выбор правильного решения в конфликтной ситуации; эвакуация из здания школы; действия при пожаре в школе; оказание первой помощи при лёгких травмах; оказание первой помощи при переломах; оценка поведения собаки; выбор ориентиров на местности; ориентирование на местности по компасу; определение сторон света по Солнцу и часам; определение сторон света по местным приметам; измерение расстояния шагами; оказание доврачебной помощи при укусах насекомых и змей; обучение приёмам искусственного дыхания;

7 класс

Введение.

Почему нужно изучать «Основы безопасности жизнедеятельности»

На природе

Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу и часам; Полярной звезде; местным признакам. Измерение расстояния на местности.

Опасности, которые могут встретиться во время прогулок. Общие правила поведения во время экскурсий на природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (животные, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды.

Туристический поход: радость без неприятностей

Правила организации безопасного туристического похода. Подготовка к походу: сбор снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок.

Режим дня в туристическом походе. Правила организации режима дня путешественника: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр.

Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах. Походная аптечка. Лечебные травы.

Когда человек сам себе враг

При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вредные привычки и пагубные последствия курения и употребления алкоголя для растущего организма.

Практические работы

Оказание первой помощи при лёгких травмах; оказание первой помощи при переломах; оценка поведения собаки; выбор ориентиров на местности; ориентирование на местности по компасу; определение сторон света по Солнцу и часам; определение сторон света по местным приметам; измерение расстояния шагами; оказание доврачебной помощи при укусах насекомых и змей; обучение приёмам искусственного дыхания;

Планируемые результаты освоения программы по внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников; умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Базовые учебные действия

Регулятивные учебные действия

умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений в области моделирования и последующей реализации чрезвычайных ситуаций

Познавательные учебные действия

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления, выявлять причины и следствия простых явлений.

- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.
- Подготовка кратких сообщений
- Использование дополнительных источников информации.
- Выдвижение гипотезы на основе житейских представлений или изученных закономерностей.

Коммуникативные учебные действия

- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе
- оценка собственного вклада в деятельность группы сотрудничества;
- самооценка уровня личных учебных достижений по предложенному образцу.
- корректное ведение учебного диалога при работе в малой группе сотрудничества;

Календарно-тематическое планирование

5 класс (34 ч) 1ч в неделю

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата по плану	Проведено фактически
1. Введение (1ч.)				
1.	Почему нужно изучать «Основы безопасности жизнедеятельности»	1	01.09.23	
2. Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя. (16 ч.)				
2.	За что «отвечают» системы органов.	1	08.09.23	
3.	Укрепляем нервную систему.	1	15.09.23	
4.	Тренируем сердце.	1	22.09.23	
5.	Развиваем дыхательную систему.	1	29.09.23	
6.	Рациональное питание- что это такое?	1	06.10.23	
7.	Питаемся правильно.	1	13.10.23	
8.	Аллергия.	1	20.10.23	
9.	Сохраняем зрение	1	10.11.23	
10.	Если в глаз попала соринка.	1	17.11.23	
11.	Показатели психического здоровья и нездоровья.	2	24.11.23	
12.	Показатели психического здоровья и нездоровья.		01.12.23	
13.	Что определяет социальное здоровье человека?	1	08.12.23	
14.	Учение- социально значимая деятельность.	1	15.12.23	
15.	Круг ваших интересов.	1	22.12.23	
16.	Что влияет на здоровье	1	12.01.24	
17.	Чистота- залог здоровья.	1	19.01.24	
18.	Правила личной гигиены.	1.	26.01.24	
19.	Движение- это жизнь.	1	02.02.24	
20.	Поговорим о закаливании.	1	09.02.24	
21.	Компьютер и здоровье	1	16.02.24	
22.	Правила безопасного пользования компьютером.	1	01.03.24	
23.	Как уберечь себя от инфекционных заболеваний	1	15.03.24	
24.	Обобщающий урок по теме: «Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя»	1	22.03.24	
2. Мой безопасный дом. (10 ч.)				
25.	Наводим в доме чистоту.	1	05.04.24	
26.	Моем посуду правильно.	1	12.04.24	
27.	Дела домашние: техника безопасности в доме. Безопасное электричество.	1	19.04.24	
28.	Дела домашние: техника безопасности в доме. Безопасный газ.	1	26.04.24	
29.	Дела домашние: техника безопасности в доме. Средства бытовой химии.	1	03.05.24	
30.	Дела домашние: техника безопасности в доме. Работа с клеем.	1	17.05.24	
31.	Отравление опасными веществами. Ртуть.	1	24.05.24	
32.	Отравление опасными веществами. Лекарства.	1	31.05.24	

33.	Отравление опасными веществами. Пестициды.	1		
34.	Обобщающий урок по теме: «Мой безопасный дом»	1		

6 класс (34 ч) 1ч в неделю

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата по плану	Проведено фактически
1. Введение. (1ч.)				
1.	Почему нужно изучать «Основы безопасности жизнедеятельности»?	1	05.09.23	
2. Школьная жизнь. (16 ч.)				
2.	Выбор пути: безопасная дорога в школу.	1	12.09.23	
3.	Пешеходы и пассажиры- участники дорожного движения.	2	19.09.23	
4.	Пешеходы и пассажиры- участники дорожного движения.		26.09.23	
5.	Дорожное движение в населенном пункте.	2	03.10.23	
6.	Дорожное движение в населенном пункте.		10.10.23	
7.	Какие правила должен соблюдать пешеход?	2	17.10.23	
8.	Какие правила должен соблюдать пешеход?		24.10.23	
9.	Если вы-пассажир	1	07.11.23	
10.	Правила поведения в школе на занятиях	1	14.11.23	
11.	Правила поведения в школе на переменах.	1	21.11.23	
12.	Поведение, которое приводит к беде.	1	28.11.23	
13.	Заболевший в школе.	1	05.12.23	
14.	Если в школе пожар...	1	12.12.23	
15.	Средства тушения пожаров.	1	19.12.23	
16.	Правила поведения при пожаре.	1	26.12.23	
17.	Обобщающий урок по теме: «Школьная жизнь»	1	09.01.24	
3.На игровой площадке. (9 ч.)				
18.	Подготовка к прогулке.	1	16.01.24	
19.	Как вести себя на игровой площадке.	1	23.01.24	
20.	Вы катаетесь на велосипеде.	1	30.01.24	
21.	Зимние игры.	1	06.02.24	
22.	Учимся оказывать первую помощь.	2	13.02.24	
23.	Учимся оказывать первую помощь.		20.02.24	
24.	Собака не всегда друг.	1	27.02.24	
25.	Если вас укусила собака...	1	05.03.24	
26.	Стоит ли бездумно рисковать?	1	12.03.24	
27.	Обобщающий урок по теме: «На игровой площадке».	1	19.03.24	
4.Безопасность в обществе (социуме). (7 ч.)				
28.	Что такое конфликт?	1	02.04.24	
29.	Шантаж и угрозы- социальные опасности.	1	09.04.24	
30.	Чрезвычайные ситуации социального характера.	1	16.04.24	
31.	Не попадите в сети экстремизма!	1	23.04.24	
32.	Особо опасные чрезвычайные ситуации социального характера.	1	07.05.24	
33.	Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации.	1	14.05.24	
34.	Обобщающий урок по теме: «Безопасность в обществе».	1	21.05.24	

7 класс (34 ч) 1ч в неделю

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата по плану	Проведено фактически
1.Введение. (1ч.)				
1.	Почему нужно изучать «Основы здорового образа жизни»	1	07.09.23	
2.На природе. (16 ч.)				
2.	Что такое ориентир?	1	14.09.23	
3.	Ориентирование по компасу.	1	21.09.23	
4.	Ориентирование без компаса.	1	28.09.23	
5.	Измерение расстояний на местности.	1	05.10.23	
6.	Если вы заблудились в лесу.	1	12.10.23	
7.	Чрезвычайные ситуации природного характера	1	19.10.23	
8.	Общие правила поведения во время прогулок на природе.	1	09.11.23	
9.	Помощь при укусах насекомых и клещей.	1	16.11.23	
10.	Помощь при укусах змей.	1	23.11.23	
11.	Ядовитые растения и грибы.	1	30.11.23	
12.	Выбор места для купания.	1	07.12.23	
13.	Оказание первой помощи при судороге в воде и солнечном ударе.	1	14.12.23	
14.	Оказание первой помощи при утоплении.	1	21.12.23	
15.	Весна! Ледоход!	1	28.12.23	
16.	Переправа, переправа...	1	11.01.23	
17.	Обобщающий урок по теме: «На природе».	1	18.01.24	
3.Туристический поход: радость без неприятностей. (12 ч.)				
18.	Перед походом...	1	25.01.24	
19.	Подбираем снаряжение	1	01.02.24	
20.	Об одежде для туризма.	1	08.02.24	
21.	Об обуви для туризма.	1	15.02.24	
22.	Походная аптечка	1	22.02.24	
23.	Знакомимся с лекарственными растениями	1	29.02.24	
24.	Режим дня в многодневном туристическом походе.	1	07.03.24	
25.	Походная еда.	2	14.03.24	
26.	Походная еда.		21.03.24	
27.	Первая помощь пострадавшему в походе.	2	04.04.24	
28.	Первая помощь пострадавшему в походе.		11.04.24	
29.	Обобщающий урок по теме: «Туристический поход: радость без неприятностей».	1	18.04.24	
4.Когда человек сам себе враг. (5 ч.)				
30.	Когда человек сам себе враг.	1	25.04.24	
31.	Алкоголь наносит удары по организму.	1	02.05.24	
32.	Алкоголь наносит удары по организму	1	16.05.24	
33.	Курение убивает	1	23.05.24	
34.	Обобщающий урок по теме: «Когда человек сам себе враг».	1	30.05.24	