

**МАОУ «ШКОЛА № 55»**

**АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по Основам безопасности жизнедеятельности  
для 5 класса  
для обучающихся с ОВЗ

**2024 год**

## 1. Пояснительная записка

Особенности построения содержания образовательной программы.

Требования к предметным результатам обучающихся с ОВЗ в части итоговых достижений к моменту завершения обучения на уровне основного общего образования полностью соответствуют требованиям к предметным результатам для обучающихся по основной образовательной программе, не имеющих ограничений по возможностям здоровья.

Для обучающихся с ОВЗ необходим дифференцированный подход к отбору содержания программ учебных предметов с учетом особых образовательных потребностей и возможностей обучающегося. Объем знаний и умений по учебным предметам несущественно сокращается за счет устранения избыточных по отношению к основному содержанию требований.

Тематическое планирование по учебным предметам адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с ЗПР совпадает с соответствующим разделом примерной основной образовательной программы основного общего образования и рабочими программами тех УМК, по которым ведется обучение в образовательной организации.

Адаптированная рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности ориентирована на особенности психофизического развития обучающихся с ЗПР, для обучающихся как инклюзивно (в 5, 7, 8, 9 классах), так индивидуально и содержит требования к организации учебных занятий по предмету в соответствии с принципами коррекционной педагогики и учитывает:

- требования ФГОС ОВЗ НОО с целью преемственности основных образовательных программ в среднем звене для пролонгации работы, начатой при организации образования обучающихся с ОВЗ на уровне начального общего образования;
- специфические особенности обучения детей с ограниченными возможностями здоровья, которые заложены в АООП ООО.

Адаптированная рабочая программа предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» обязательной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» для основного общего образования разработана на основании нормативных документов:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки Российской Федерации от 17.12.2010 №1807 (в редакции Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 №1644, от 31.12.2016 №1577) (Далее ФГОС ООО);
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № ФЗ-273;
- Приказа № 766 от 23 декабря 2020 г. «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 г. № 254»;
- Адаптированной образовательной программой основного общего образования в МБОУ «Варгатёрская ООШ» на 2021-2022 учебный год;
- Учебного плана МБОУ «Варгатёрская ООШ» на 2021-2022 учебный год;
- Календарного графика работы МБОУ «Варгатёрская ООШ» на 2021-2022 учебный год;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждении рабочих программ по учебным предметам МБОУ «Варгатёрская ООШ»;
- Примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности и авторской программы («Программа для общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классы» под общей редакцией Н.Ф. Виноградовой.- М: Просвещение, 2021»); Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы: учебник / Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.— 3-е издание, стереотипное — М.: Просвещение, 2021 .

Данный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в 5, 7, 8, 9 классах. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования относит ОБЖ к обязательному учебному предмету, входящему в учебный план основного общего образования. Базисный учебный план отводит для изучения ОБЖ по 34 часа (т. е. 1 час в неделю) в каждом классе.

### **Цель:**

- формирования у учащихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека.

### **Задачи:**

- сформировать у учащихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;
- развивать способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей;
- формировать у учащихся антиэкстремистское и антитеррористическое поведение, отрицательное отношение к приёму психоактивных веществ.

## **2. Личностные и предметные результаты освоения курса**

### **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;

- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий 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.

## **Содержание учебного курса в 5 классе**

### **Введение**

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

### **Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя**

*Организм человека и его безопасность.* 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.

### **Школьная жизнь**

*Виды современного транспорта.* Транспорт. Виды современного транспорта.

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

### **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; 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.

**Проектная деятельность по теме «Органы чувств человека».**

### **Содержание учебного предмета ОБЖ 7 класс**

#### **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; составление режима для многодневного туристического похода; определение отличительных признаков ядовитых грибов.

**Проектная деятельность по темам «Курить — здоровью вредить», «Экскурсия в природу»**

**Итоговое контрольное тестирование**

**Итоговое повторение и обобщение**

## Содержание учебного предмета ОБЖ 8 класс

### **Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.**

*Это нужно знать.* Немного истории. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

### **Здоровый образ жизни. Что это?**

Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья. Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека. Хорошее физическое состояние обеспечивает здоровье и эмоциональное благополучие человека. Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены. Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки — строительный материал для организма; углеводы и жиры — источник энергии для организма. Продукты питания как экологический фактор.

Питание и болезни. Диета.

Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека. Способность управлять эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы. Использование релаксационных упражнений как средства регулирования своего эмоционального состояния, развитие способности «властвовать собой». Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность. Человек — социальное существо, член общества. Социальная среда — обязательное условие развития человека. Отношения с окружающими людьми — показатель социального здоровья человека. Общение — ценная деятельность человека. Учение — социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.

Репродуктивное здоровье — способность человека к воспроизведению. Половое созревание — особенность подросткового и юношеского возраста. Подготовка организма к деторождению. Чистота тела — одно из условий репродуктивного здоровья. Риски старшего подросткового возраста.

### **Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни**

Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.

Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах. Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь.

Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила безопасности при пользовании бытовой химией. Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны.

Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы.

### **Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе**

Ядовитые растения нашей местности, их влияния на здоровье человека. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Поведение в лесу при встречах с опасными животными. Гроза в лесу.

Водоём зимой и летом. Причины возникновения опасных ситуаций на воде.

Действия в неожиданных ситуациях. Выполнение правил поведения при купании. Умения отдыхать на воде. Правила катания на лодке. Помощь утопающему.

Приёмы проведения искусственного дыхания. Правила поведения на льду.

## **Современный транспорт и безопасность**

Транспорт в современном мире. Виды транспортных средств. Негативное воздействие транспорта на природу.

Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия дорожно - транспортных происшествий, поведение их участников, помощь пострадавшим. Метро — транспорт повышенной опасности.

Возможные опасные ситуации, связанные с метро. Правила поведения в метро.

Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера. Нестандартные ситуации во время полёта.

Меры предосторожности при ухудшении самочувствия во время полёта.

Особенность железнодорожного транспорта. Правила поведения при крушении поезда, при возникновении в вагоне пожара.

## **Итоговое контрольное тестирование Итоговое повторение и обобщение**

### **Содержание учебного предмета ОБЖ 9 класс Безопасный туризм**

Виды активного туризма: пеший, водный, лыжный, горный, конный, парусный, вело-, спелео-, авто-, мото- и другие опасности, подстерегающие туриста.

Обязанности туриста в туристской группе. Зависимость безопасности в туристском походе от подготовленности каждого туриста и всей туристской группы.

Объективные трудности турпохода. Субъективные трудности турпохода. Движение по туристскому маршруту. Правила безопасности в туристском походе. Преодоление естественных препятствий.

Рациональное распределение группового снаряжения между участниками похода. Требования к составлению графика движения туристской группы. Туризм и экология окружающей среды.

Обеспечение безопасности при переправах через реки. Способы переправы через водотоки

(реки): «вброд», «на плавсредствах», «над водой», «вплавь», «по льду». Алгоритм проведения разведки перед преодолением естественного препятствия.

Распределение ролей между участниками похода при организации переправ. Если турист отстал от группы... Алгоритм (правила) обеспечения собственной безопасности туриста, который оказался в лесу один (отстал от группы). Состав

индивидуального аварийного набора туриста. Действия туристской группы в ЧС по организации поиска туриста, отставшего от группы. Основные правила безопасности при выборе места для организации бивуака туристской группы.

Требования безопасности к бивуаку туристской группы при организации вынужденной остановки на ночлег. Типы костров, используемых в туризме, и их назначение. Правила разведения костров.

Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения в водном походе.

Требования к специальному личному туристскому снаряжению в водном походе. Правила безопасности в путешествиях с использованием

плавсредств.

Узлы в туристском походе. Функции, свойства и особенности узлов, используемых туристами в путешествиях. Требования к узлам, продиктованные практикой их применения в походных условиях.

Положительные качества и недостатки разных видов узлов, используемых в походах.

### **Когда человек сам себе враг**

Почему курят подростки? Чем опасен сигаретный дым? Влияние курения на растущий организм.

Алкоголь и здоровье. Отношение школьников к употреблению спиртных напитков. Воздействие алкоголя на организм человека. Психологическая готовность к

неприятно алкоголя. Первая помощь при отравлении алкоголем.

Что такое наркотики и наркомания? Воздействие наркотиков на организм человека. Токсикомания

### **Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

Определение чрезвычайной ситуации. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

Классификация чрезвычайных ситуаций. Система оповещения. Общие правила эвакуации.

Что такое землетрясение. Степень воздействия сейсмических волн. Прогнозирование землетрясений.

Признаки землетрясения. Правила поведения во время землетрясения. Извержение вулкана — грозное стихийное явление.

Признаки начала извержения. Поведение во время извержения вулкана.

Что такое сели и оползни. Причины их образования. Поведение при угрозе схода селей, снежных лавин и оползней.

Что такое ураганы, бури, смерчи, цунами, чем они опасны. Поведение при угрозе их приближения.

Причины возникновения наводнений. Меры по предупреждению последствий наводнений. Эвакуация перед наводнением и во время его. Действия перед наводнением и при наводнении.

Природные пожары, их причины. Виды лесных пожаров. Действия при лесном пожаре.

Причины и виды техногенных ЧС. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ.

Аварии на гидродинамических объектах. Правила поведения при авариях различного вида

### **Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации.**

Что такое экстремизм и терроризм. Правила поведения во время взрыва и после него. Взятие в заложники и правила поведения в этом случае.

Государственная политика противодействия экстремизму и терроризму в России. Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.

Особенности проведения спецопераций. Что такое национальная безопасность Российской Федерации. Условия обеспечения национальной безопасности в Российской Федерации

### **Итоговое контрольное тестирование**

### **Итоговое повторение и обобщение**

#### Тематическое планирование в 5 классе

№ п/п	Тема	Кол-во час
1	Введение	1
2	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	18
3	Мой безопасный дом	4
4	Школьная жизнь	9
5	Итоговое контрольное тестирование за 5 класс	1
6	Итоговое повторение и обобщение	1
Итого		34

#### Тематическое планирование в 7 классе



№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Введение	1
2	На природе	20
3	Туристский поход: радость без неприятностей	9
4	Когда человек сам себе враг	2
5	Итоговое контрольное тестирование за 7 класс	1
Итого		33

### Тематическое планирование в 8 классе

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Введение. Это нужно знать	1
2	Здоровый образ жизни. Что это?	9
3	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	10
4	Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе	7
5	Современный транспорт и безопасность	5
6	Итоговое контрольное тестирование за 8 класс	1
Итого		33

### Тематическое планирование в 9 классе

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Введение	1
2	Безопасный туризм	12
3	Когда человек сам себе враг	5
4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	9
5	Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации	5
6	Итоговое контрольное тестирование за 9 класс	1
7	Итоговое повторение и обобщение	1
Итого		34

### Календарно-тематическое планирование, 5 класс

№	Дата план	Дата факт	Тема	Кол-во часов
1	03.09		Первичный инструктаж по охране труда. Введение. Изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	1
<b>Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя</b>				
2	10.09		За что „отвечают" системы органов	1
3	17.09		За что „отвечают" системы органов	1
4	24.09		Как укреплять нервную систему	1
5	01.10		Как можно тренировать сердце	1
6	08.10		Упражняем дыхательную систему	1
7	15.10		Питаемся правильно	1
8	22.10		Практическая работа "Продукты содержащие кальций, витамин С" Контрольное тестирование за 1 четверть	1
9	29.10		Здоровье органов чувств	1
10	12.11		Проектная деятельность по теме: Слух человека и животных. Сравнительная характеристика	1
11	19.11		Проектная деятельность по темам: Как сохранить обоняние? Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?	1
12	26.11		Психическое здоровье человека	1
13	03.12		Социальное здоровье человека	1
14	10.12		Здоровый образ жизни	1
15	17.12		Чистота — залог здоровья	1
16	24.12		Движение — это жизнь. Контрольное тестирование за 2 четверть	1
17	14.01		Закаливание	1
18	21.01		Компьютер и здоровье	1
19	28.01		Повторение и обобщение по теме «Здоровый образ жизни»	1
<b>Мой безопасный дом</b>				
20	04.02		Мой безопасный дом	1
21	11.02		Наводим в доме чистоту	1
22	18.02		Техника безопасности в доме	1
23	25.02		Техника безопасности в доме	1
<b>Школьная жизнь</b>				
24	04.03		Дорога в школу и обратно	1
25	11.03		Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения	1
26	18.03		Знаки дорожного движения. Контрольное тестирование за 3 четверть	1
27	01.04		Знаки дорожного движения	1
28	08.04		Безопасная дорога	1
29	15.04		Школьник как пешеход и пассажир	1
30	22.04		Общие правила школьной жизни	1

31	29.04		Правила поведения в школе	1
32	06.05		Если в школе пожар. Контрольное тестирование за 4 четверть	1
33	13.05		<i>Итоговое тестирование</i>	1
34	20.05		<i>Итоговое повторение и обобщение</i>	1
			<b>Всего часов</b>	<b>34</b>

### 7 класс

№	Дата план	Дата факт	Тема	Кол-во часов
1	07.09		Первичный инструктаж по охране труда. Введение	1
<b>На природе</b>				
2	14.09		На природе. Ориентир. Ориентирование по компасу	1
3	21.09		Ориентирование без компаса. Практическая работа	1
4	28.09		Измерение расстояния на местности	1
5	05.10		Если вы заблудились в лесу	1
6	12.10		Как подать сигналы о помощи	1
7	19.10		Чрезвычайные ситуации природного характера	1
8	26.10		Геологические опасные ситуации. Контрольное тестирование за 1 четверть	1
9	09.11		Метеорологические опасные ситуации	1
10	16.11		Гидрологические опасные ситуации	1
11	23.11		Природные пожары	1
12	30.11		Природа полна неожиданностей!	1
13	07.12		Общие правила поведения во время прогулок на природе	1
14	14.12		Помощь при укусах	1
15	21.12		Как уберечься от клещей. Контрольное тестирование за 2 четверть	1
16	28.12		Вода таит опасности	1
17	11.01		Выбор места для купания	1
18	18.01		Чтобы забава не обернулась бедой	1
19	25.01		Первая помощь при судороге	1
20	01.02		Первая помощь при солнечном ударе	1
21	08.02		Весна! Ледоход! Переправа, переправа...	1
<b>Туристский поход: радость без неприятностей</b>				
22	15.02		Перед походом	1
23	22.02		Подбираем снаряжение	1
24	01.03		Рюкзак – это серьёзно. Контрольное тестирование за 3 четверть	1
25	15.03		Спальный мешок – это очень важно	1
26	05.04		Об одежде для туризма	1

27	12.04		Об обуви для туризма	1
28	19.04		Походная аптечка	1
29	26.04		Режим дня в походе	1
30	03.05		Походная еда	1
<b>Когда человек сам себе враг</b>				
31	10.05		Алкоголь наносит удары по организму	1
32	17.05		Курение убивает. Контрольное тестирование за 4 четверть	1
33	24.05		<i>Итоговое контрольное тестирование</i>	1
			<b>Всего часов</b>	<b>33</b>

### 8 класс

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема	Кол-во часов
1	06.09		Первичный инструктаж по охране труда. Введение	1
<b>Здоровый образ жизни. Что это?</b>				
2	13.09		Что такое образ жизни. Что такое здоровье человека	1
3	20.09		Физическое здоровье человека	1
4	27.09		Закаливание и гигиена	1
5	04.10		Правильное питание	1
6	11.10		Проблемы экологии питания	1
7	18.10		Поговорим о диете	1
8	25.10		Психическое здоровье человека	1
9	08.11		Работа на компьютере. Фишинг	1
10	15.11		Социальное здоровье человека	1
<b>Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни</b>				
11	22.11		Причины и последствия пожаров	1
12	29.11		Правила пожарной безопасности	1
13	06.12		Чрезвычайные ситуации в быту	1
14	13.12		Залив жилища	1
15	20.12		Опасное электричество	1
16	27.12		Как выбрать место для отдыха	1
17	17.01		Как вести себя на улице	1
18	24.01		Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Нападение	1
19	31.01		Вам звонят в дверь	1
20	07.02		Опасные игры	1

<b>Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе</b>				
21	14.02		Ядовитые растения	1
22	21.02		Грибы съедобные и несъедобные	1
23	28.02		Животные в лесу	1
24	07.03		Если гроза застала вас в лесу	1
25	14.03		Водоём зимой и летом	1
26	04.04		Как помочь тонущему человеку	1
27	11.04		Правила зимней рыбалки	1
<b>Современный транспорт и безопасность</b>				
28	18.04		Транспорт в современном мире	1
29	25.04		Чрезвычайные ситуации на дорогах	1
30	02.05		ДТП. Причины и последствия. Опасные ситуации в метро	1
31	09.05		Авиакатастрофы. Железнодорожные катастрофы. Зацепинг	1
32	16.05		Террористические акты на транспорте	1
33	23.05		<i>Итоговое тестирование</i>	1
			<b>Всего часов</b>	<b>33</b>

### 9 класс

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема	Кол-во часов
1	03.09		Первичный инструктаж по охране труда. Введение	1
<b>Безопасный туризм</b>				
2	10.09		Туризм	1
3	17.09		Правила безопасности в туристском походе	1
4	24.09		Правила преодоления естественных препятствий	1
5	01.10		Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия	1
6	08.10		Выбор места для лагеря (бивуака)	1
7	15.10		Если турист отстал от группы...	1
8	22.10		Сигналы бедствия. Контрольное тестирование за 1 четверть	1
9	29.10		Организация поиска пропавшего туриста	1
10	05.11		Туризм и экология окружающей среды	1
11	12.11		Подготовка к водному туристскому походу	1
12	19.11		Правила безопасного проведения водного похода	1
13	26.11		Узлы в туристском походе	1
<b>Когда человек сам себе враг</b>				
14	03.12		Курение убивает!	1
15	10.12		Состав сигаретного дыма	1

16	17.12		Алкоголь разрушает личность. Контрольное тестирование за 2 четверть	1
17	24.12		Наркомания	1
18	14.01		Токсикомания	1
<b>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</b>				
19	21.01		Классификация ЧС	1
20	28.01		Система оповещения при ЧС	1
21	04.02		Природные чрезвычайные ситуации	1
22	11.02		Землетрясение, извержение вулкана	1
23	18.02		Сели, оползни и обвалы, снежные лавины	1
24	25.02		Ураган, буря, смерч	1
25	04.03		Цунами, наводнения, природные пожары	1
26	11.03		Техногенные чрезвычайные ситуации. Контрольное тестирование за 3 четверть	1
27	01.04		Безопасное поведение в техногенных ЧС	1
<b>Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность РФ</b>				
28	08.04		Экстремизм. Терроризм	1
29	15.04		Теракты. Если вас взяли в заложники или похитили...	1
30	22.04		Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму	1
31	29.04		Национальная безопасность России	1
32	06.05		Условия обеспечения национальной безопасности в России. Контрольное тестирование за 4 четверть	1
33	13.05		<i>Итоговое тестирование</i>	1
34	20.05		<i>Обобщение пройденного материала за курс 9 класса</i>	1
			<b>Всего часов</b>	<b>34</b>