

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Светлянская средняя общеобразовательная школа  
Воткинский район, с. Светлое, пер. Школьный 8; 427421, тел: (34145)76-5-67; факс: (34145) 76-5-95,  
E-mail: [svetloe.sosh@yandex.ru](mailto:svetloe.sosh@yandex.ru)  
ОКПО 54486040, ОГРН 1021801063778, ИНН/КПП 1804006519/182801001.

ПРИНЯТО  
Педагогическим  
советом «\_31\_» августа\_2023г.  
Протокол № 12

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ Светлянской СОШ  
\_\_\_\_\_ Боброва О.Л.  
Приказ от 31 августа 2023 г. № 31/12 од

**Рабочая программа**  
**Курса по выбору за уровень основного общего образования**  
**«Безопасность жизнедеятельности»**  
5-7класс (срок реализации – 3 года, 102 часа)

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа курса по выбору «Безопасность жизнедеятельности» на уровне основного общего образования составлена в соответствии с Федеральными государственными образовательными стандартами основного общего образования, утверждённому приказом Министерства просвещения Российской Федерации. от 31.05.2021 №287 и основной образовательной программы основного общего образования МБОУ Светлянской СОШ с учетом рабочей программы воспитания.

### **Общая характеристика курса «Безопасность жизнедеятельности»**

Курс «Безопасность жизнедеятельности» предназначен для:

- формирования у учащихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека;
- выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;
- приобретения учащимися способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей;
- формирования у учащихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

Программное содержание курса представлено по линейно-концентрическому принципу, то есть развёртывается последовательно, постепенно усложняясь и расширяясь. В каждой теме обязательно выполняются практические занятия и осуществляется проектная деятельность.

### **ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА ПО ВЫБОРУ «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

- 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, в том числе наркотиков.

### **СВЯЗЬ С РАБОЧЕЙ ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЫ**

Реализация воспитательного потенциала занятий курса по выбору «Безопасность жизнедеятельности» предполагает следующее:

- максимальное использование воспитательных возможностей содержания уроков для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений;

- включение в содержание уроков целевых ориентиров результатов воспитания, их учет в определении воспитательных задач уроков, занятий;

- выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;

- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;

- применение интерактивных форм учебной работы – интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления;

- побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогическими работниками, соответствующие укладу школы, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;

- организацию наставничества мотивированных и эрудированных обучающихся над неуспевающими одноклассниками, в том числе с особыми образовательными потребностями, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

- инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности.

### **Место курса в учебном плане.**

Курс «Безопасность жизнедеятельности» изучается с 5 по 7 классы. Учебный план отводит для изучения данного курса по 34 часа в каждом классе

### **Содержание курса по выбору «Безопасность жизнедеятельности».**

#### **5 класс**

#### **Введение**

Почему нужно изучать курс «Безопасность 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.

## **Содержание курса по выбору «Безопасность жизнедеятельности». 6 класс**

### **Введение**

Почему нужно изучать курс «Безопасность 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**

Конфликты. Возникающие в социуме. Чрезвычайные ситуации социального характера. Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан РФ.

## **Содержание курса по выбору «Безопасность жизнедеятельности». 7 класс**

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

Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.

### **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.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **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 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;
- 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.

### **Регулятивные УУД:**

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 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 аналогии, 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 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;

### **Познавательные УУД:**

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

- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.

- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.

-Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

-Подготовка кратких сообщений с использованием естественно- научной лексики и иллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устного выступления);

-Использование дополнительных источников информации.

-Выдвижение гипотезы на основе житейских представлений или изученных закономерностей;

### **Коммуникативные УУД:**

-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 с отрудничества;

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.**

### **5 класс**

#### **«Введение»**

- формирование понимания значения изучения данного курса.

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

- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование понятий «психическое» и «социальное здоровье»;

### **«Мой безопасный дом»**

- знание и умение применять правила безопасного поведения в своём доме;
- знание основных правил «Чистого дома»;

## **6 класс**

### **«Введение»**

Понимать, почему нужно изучать курс «Безопасность жизнедеятельности».

### **«Школьная жизнь».**

- Понимать необходимость выбора безопасного пути в школу.
- Знать и соблюдать правила поведения на дорогах и улицах.
- Знать и соблюдать правила поведения пассажира в разных видах транспорта.
- Знать и соблюдать общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой.

### **«На игровой площадке»**

- Знать правила подготовки к прогулке: выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр.
- Соблюдать меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках.
- Знать, как вести при встрече с животными на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки.

### **«Безопасность в обществе»**

- Знать, какие конфликты возникают в социуме. Знать какие существуют чрезвычайные ситуации социального характера. Понимать, какую роль выполняет государство и общество в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан РФ.

## **7 класс**

### **«Введение»**

- Знать проблемы здорового образа жизни. Как её решали в древности.

### **«На природе»**

- Уметь ориентироваться по компасу, Солнцу и часам; Полярной звезде; местным признакам, измерять расстояние на местности.

Знать общие правила поведения во время экскурсий на природу. правила поведения в экстремальных ситуациях, правила поведения на водоёмах, правила безопасного поведения на льду.

**«Туристический поход: радость без неприятностей»**

Знать правила подготовки к походу: сбор снаряжения, продуктов, правила упаковки рюкзака, правила организации режима дня путешественника: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр.

**«Когда человек сам себе враг»**

Формирование неприятия вредных привычек: курения и употребления алкоголя.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ****5 класс**

№п/п	Название раздела	тема занятия	Количество часов	ЭОР
1	Введение.	Введение. Общие основы безопасного поведения, противопожарная безопасность.	1	
2,3,4	<b>Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя (19 ч)</b>	Особенности организма человека.	3	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/start/98883/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/start/98883/</a>
5,6,7		Здоровье органов чувств.	3	
8,9,10,		Как вести здоровый образ жизни.	3	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/start/98883/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/start/98883/</a>
11,12,13		Движение – это жизнь.	3	
14.15,		Закаливание, как условие и укрепление здоровья.	2	
16		Психическое здоровье.	1	
17		Социальное здоровье.	1	
18,19		Компьютер и здоровье.	2	
20.21		<b>Мой безопасный дом (14 ч)</b>	Поддержание чистоты и порядка в доме.	2
22,23	. Животные и насекомые,		2	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/9572457?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/9572457?menuReferrer=catalogue</a>



		распространяющие инфекцию		
24		Как правильно мыть посуду.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/1163993?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/1163993?menuReferrer=catalogue</a>
25,26		Безопасное электричество.	2	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/1163993?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/1163993?menuReferrer=catalogue</a>
27, 28		Безопасный газ.	2	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/1163993?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/1163993?menuReferrer=catalogue</a>
29		Средства бытовой химии.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/1163993?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/1163993?menuReferrer=catalogue</a>
30.31		Домашняя медицинская аптечка.	2	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/11104662?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/11104662?menuReferrer=catalogue</a>
32.33		Первая помощь при травмах, полученных в доме.	2	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/11104662?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/11104662?menuReferrer=catalogue</a>
34		Обобщение знаний. Защита проекта.		

#### 6 класс

№п/п	Название раздела	Тема занятия	Количество часов	ЭОР
1	<b>Введение</b>	Введение. Правила противопожарной безопасности в школе.	1	
2	<b>Школьная жизнь (8 ч).</b>	Виды современного транспорта.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1472360?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1472360?menuReferrer=catalogue</a>
3.4		Выбор пути: безопасная дорога в школу.	2	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1472360?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1472360?menuReferrer=catalogue</a>
5		Правила безопасности пешеходов.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1472360?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1472360?menuReferrer=catalogue</a>

6		Если пассажир. вы	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1472360?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1472360?menuReferrer=catalogue</a>
7,8,9		Правила поведения в школе.	3	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3406/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3406/start/</a>
10	<b>На игровой площадке (12 ч).</b>	Подготовка к прогулке	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3406/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3406/start/</a>
11,12		Меры безопасности на площадке.	2	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/11177572?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/11177572?menuReferrer=catalogue</a>
13,14		Животные на игровой площадке.	2	
15,16		Правила велосипедиста.	2	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/401622?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/401622?menuReferrer=catalogue</a>
17,18,19		Зимние игры	3	
20,21		Правила безопасного поведения на льду.	2	
22		<b>Безопасность в обществе (12 ч).</b>	Что такое конфликт?	1
23	Шантаж.		1	
24	Буллинг.		1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/</a>
25, 26	Опасности сети Интернет.		2	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/</a>
27, 28	Опасные селфи.		2	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/</a>
29,30	Экстремальные виды спорта.		2	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/</a>
31,32,33	Экстремальные увлечения.		3	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/</a>
34		Обобщение знаний. Защита проекта.	1	

### 7 класс

№п/п	Название раздела	Тема занятия	Количество во часов	ЭОР
1	<b>Введение.</b>	Введение. Противопожарная безопасность в природе.	1	
2	<b>На природе (14 ч).</b>	Что такое ориентир?	1	
3		Ориентирование по компасу.	1	
4		Ориентирование по Солнцу и часам	1	

5		Ориентирование по Полярной звезде.	1	
6		Ориентирование по местным признакам.	1	
7		Измерение расстояний на местности.	1	
8		Если ты заблудился в лесу.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1986899?menuReferrer=catal">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1986899?menuReferrer=catal</a>
9		Подача сигналов о помощи.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1986899?menuReferrer=catal">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1986899?menuReferrer=catal</a>
10		Природа полна неожиданностей.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1986899?menuReferrer=catal">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1986899?menuReferrer=catal</a>
11		Чрезвычайные ситуации природного характера.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1986899?menuReferrer=catal">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1986899?menuReferrer=catal</a>
12		Помощь при укусе животных.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1986899?menuReferrer=catal">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/1986899?menuReferrer=catal</a>
13		Осторожно – клещи.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/9572457?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/atomic_objects/9572457?menuReferrer=catalogue</a>
14		Вода таит опасности.	1	
15		Солнечный удар.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/629228?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/629228?menuReferrer=catalogue</a>
16.17	<b>Туристический поход (12 ч).</b>	Перед походом.	2	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/629228?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/629228?menuReferrer=catalogue</a>
18.19		Подбираем снаряжение.	2	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/629228?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/629228?menuReferrer=catalogue</a>
20.21		Рюкзак.	2	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates</a>

				<a href="https://629228?menuReferrer=catalogue">s/629228?menuReferrer=catalogue</a>
22		Об одежде и обуви.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2138074?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2138074?menuReferrer=catalogue</a>
23		Походная аптечка.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2138074?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2138074?menuReferrer=catalogue</a>
24		Режим дня в походе.	1	<a href="https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2138074?menuReferrer=catalogue">https://uchebnik.mos.ru/material_view/lesson_templates/2138074?menuReferrer=catalogue</a>
25		Питание в походе.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3322/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3322/start/</a>
26,27		Первая помощь в походе.	2	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3322/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3322/start/</a>
28,29	<b>Когда человек сам себе враг (7 ч)</b>	Алкоголь наносит удары по организму.	2	
30,31		Курение убивает.	2	
32,33		Наркотикам нет!	2	
34		Обобщение знаний. Защита проекта.	1	