

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Радищевская средняя школа №1

имени Героя Советского Союза Д.П. Полынкина»

(Радищевская сш №1)

|  |  |
| --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Решением Педагогического совета  Протокол №1 от «28»августа 2024 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.А. Блинкова  Приказ от «28» августа 2028 г.  № 225 о – д  М.п. |

Рабочая программа

на 2024-2025 учебный год

Наименование курса: Внеурочная деятельность «Основы безопасности и защиты Родины для школьников»

Класс: 6

Уровень общего образования: основное общее

Учитель: Сиряев О.Н., преподаватель-организатор ОБЗР, высшая квалификационная категория.

Срок реализации программы: 2024-2025 учебный год

Количество часов по учебному плану: 34 часа всего в год, 1 час в неделю.

Рабочую программу составил (а) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Сиряев О.Н.

подпись Ф.И.О.

1. **Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

**Личностные :**

Настоящая Программа чётко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностные, метапредметные и предметные), которые должны демонстрировать обучающиеся по завершении обучения в основной школе.

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения курса, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

**1. Патриотическое воспитание:**

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества.

**2. Гражданское воспитание:**

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтёрство, помощь людям, нуждающимся в ней);

сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

**3. Духовно-нравственное воспитание:**

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

**4. Эстетическое воспитание:**

формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;

понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

**5. Ценности научного познания:**

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития чело­века, природы и общества, взаимосвязях человека с природ- ной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;

формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

**6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:**

понимание личностного смысла изучения курса, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

**7. Трудовое воспитание:**

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

**8. Экологическое воспитание:**

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

**Метапредметные :**

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения курса , должны отражать:

1.**Овладение универсальными познавательными действи­ями.**

Базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;

обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования;

проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливать причинно-следственные связи;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбина­циями;

оценивать надёжность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

**2. Овладение универсальными коммуникативными действи­ями.**

Общение:

уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;

публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

Совместная деятельность (сотрудничество):

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;

планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);

определять свои действия и действия партнёра, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оцени- вать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

Овладение системой универсальных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

**3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.**

Самоорганизация:

выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;

аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;

составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

Самоконтроль (рефлексия):

давать адекватную оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

оценивать соответствие результата цели и условиям.

Эмоциональный интеллект:

управлять собственными эмоциями и не поддаваться эмоциям других, выявлять и анализировать их причины;

ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку, его мнению, признавать право на ошибку свою и чужую;

быть открытым себе и другим, осознавать невозможность контроля всего вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

**Предметные :**

Предметные результаты характеризуют сформированностью у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте её применения в повседневной жизни.

Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и усвоении обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, приобретении систематизированных знаний основ комплексной безопасности личности, общества и государства, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, овладении базовыми медицинскими знаниями и практическими умениями безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты по курсу внеурочной деятельности «Основы безопасности и защиты Родины для школьников» должны обеспечивать:

1) сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения

2) сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

3) сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

4) понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств;

5) сформированность чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества;

6) знание и понимание роли государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального (в том числе террористического) характера;

7) понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

8) освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

9) умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей;

10) освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;

11) овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы).

Распределение предметных результатов, формируемых в ходе изучения курса, по учебным модулям:

**Модуль № 1 «Здоровье и как его сохранить»:**

Характеризовать факторы, сберегающие здоровье: правильное питание, двигательная активность, закаливание. Объяснять пагубное влияние курения, игромании , наркомании на здоровье человека. Формировать отрицательное отношение к вредным привычкам, разрабатывают меры профилактики названных привычек.

Определять понятие окружающей среды. Устанавливать, какое воздействие на человека оказывают физические, биологические, химические факторы окружающей среды. Характеризовать влияние антропогенных факторов на самого человека и среду. Описывать правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать во время туристских походов. Составлять личный план выполнения норм ГТО, участвуя в туристских походах.

**Модуль № 2 «Безопасность в природной среде»:**

Объясняют необходимость соблюдения правил безопасного поведения в туристских походах. Составляют план ориентирования на местности во время туристского похода. Усваивают принципы разработки маршрута, подбора туристского снаряжения в зависимости от вида похода. Описывают приметы, по которым можно ориентироваться во время похода. Осваивают правила разведения костра, выбора места для костра. Составляют правила безопасного поведения во время грозы, если турист заблудился.

Различать виды походов по их сложности. Объяснять особенности лыжных, горных, водных походов. Анализировать правила преодоления препятствий во время водных походов. Сравнивать правила разведения костров в различных походах. Осваивать особенности передвижения в различных походах. Объяснять особенности рациона туристов в лыжных, горных и водных походах.

Объяснять особенности и виды автономного существования человека. Разрабатывать план сооружения жилища, добывания огня во время автономного существования. Описывать растения, которые можно употреблять в пищу. Осваивать правила подачи сигналов бедствия.

Описывать особенности диких животных, которые обитают в вашем регионе. Изучать правила безопасности во время встречи с дикими животными. Характеризовать виды и особенности змей. Описывать правила безопасного поведения во время встречи с ядовитой змеёй. Объяснять опасности комаров и мошек, необходимость защиты от насекомых. Характеризовать опасность клещевого энцефалита, правила профилактики.

**Модуль № 3 «Основы медицинских знаний» :**

Объяснять особенности первой помощи в природных условиях. Описывать средства оказания первой помощи в походе. Отрабатывать навыки оказания первой помощи при травмах, ушибах. Распознать виды кровотечений и способы оказания помощи при кровотечениях. Изучать особенности оказания первой помощи при тепловом ударе, переохлаждении, отморожении, ожоге. Объяснять значение психологической поддержки для пострадавшего. Изучать способы оказания психологической поддержки.

**Проверка результатов проходит в форме:**

• опросников,

• тестирования,

Способами определения результативности программы являются: диагностика, проводимая в конце реализации программы в виде тренировочно-диагностического тестирования.

**2. Содержание курса внеурочной деятельности.**

Изучение курса играет важную роль с точки зрения личностного развития учащихся и получения ими дополнительного образования. В целях обеспечения системного подхода в изучении курса на уровне основного общего образования Программа предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных модулей (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности: «предвидеть опасность → по возможности её избегать → при необходимости действовать». Учебный материал систематизирован по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия; улица и общественные места; природные условия; коммуникационные связи и каналы; объекты и учреждения культуры и пр.

В Программе содержание курса структурно представлено пятью модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета на уровне основного общего образования и преемственность учебного процесса на уровне основного общего образования:

модуль № 1 «Здоровье и как его сохранить»

модуль № 2 «Безопасность в природной среде»

модуль № 3 «Основы медицинских знаний»

**Модуль № 1 «Здоровье и как его сохранить»:**

Правильное и неправильное питание. Закаливание организма. Долгое сидение за компьютером. Избыточный вес. Вред от употребления алкогольных напитков, табака, наркотиков. Игромания. Компьютерная игровая зависимость. Как избежать этой зависимости. Физические, химические и социальные антропогенные факторы окружающей среды. Экологическая безопасность. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе.

**Модуль № 2 «Безопасность в природной среде»**

Безопасное поведение на природе. Основные меры безопасности в туристических походах. Если турист отстал от группы. Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы. Ориентирование по Солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте. Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности. Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода. Выбор места для костра и его розжиг. Виды костров. Признаки приближающейся грозы. Правильное размещение в укрытии во время грозы.

Правила безопасного поведения в различных видах походов. Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересечённой местности. Устройство бивака. Особенности снаряжения. Организация движения.. организация движения при подъёме и спуске. Плавучие средства. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.

Безопасное поведение при автономном существовании. Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании. Характерные особенности добровольного и вынужденного существования в природе. Сооружение временного жилища. Добывание огня с помощью различных предметов. Растения, грибы, орехи, которые можно употреблять в пищу. Очистка и обеззараживание воды. Различные средства аварийной сигнализации.

Безопасное поведение при автономном существовании. Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании. Характерные особенности добровольного и вынужденного существования в природе. Сооружение временного жилища. Добывание огня с помощью различных предметов. Растения, грибы, орехи, которые можно употреблять в пищу. Очистка и обеззараживание воды. Различные средства аварийной сигнализации.

Опасные встречи в природных условиях. Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем и др.). безопасность при встрече со змеёй. Защита от комаров, мошки и других насекомых. Клещевой энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.

Опасные встречи в природных условиях. Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем и др.). безопасность при встрече со змеёй. Защита от комаров, мошки и других насекомых. Клещевой энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.

**Модуль № 3 «Основы медицинских знаний»:**

Первая помощь в природных условиях. Средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления. Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Иммобилизация при травме конечностей. Первая помощь при солнечном и тепловом ударе, при переохлаждении, отморожении и ожоге. Психологическая поддержка пострадавшего.

1. **Тематическое планирование.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Тема занятий | Форма  организации | Вид  деятельности | Количество  часов |
| 1. | Факторы, способствующие сбережению здоровья. | Беседа. | Характеризуют факторы, сберегающие здоровье: правильное питание, двигательная активность, закаливание. | 1 |
| 2. | Факторы, разрушающие здоровье. | Лекция с элементами беседы | Объясняют пагубное влияние курения, игромании, наркомании на здоровье человека. | 1 |
| 3. | Профилактика вредных привычек. | Лекция с элементами беседы | Формируют отрицательное отношение к вредным привычкам, разрабатывают меры профилактики названных привычек. | 1 |
| 4. | Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие и здоровье человека. | Беседа | Определяют понятие окружающей среды. Устанавливают, какое воздействие на человека оказывают физические, биологические, химические факторы окружающей среды. Характеризуют влияние антропогенных факторов на самого человека и среду. | 1 |
| 5. | Правила личной гигиены при занятиях туризмом. | Лекция с элементами беседы | Описывают правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать во время туристских походов. | 1 |
| 6. | Туризм как часть комплекса ГТО | Беседа | Составляют личный план выполнения норм ГТО, участвуя в туристских походах. | 1 |
| 7. | Безопасное поведение в туристских походах. | Беседа | Объясняют необходимость соблюдения правил безопасного поведения в туристских походах. | 1 |
| 8. | Виды туристических походов. | Лекция | Изучают виды туристических походов. | 1 |
| 9. | Как ориентироваться  на местности. | Практическая работа | Составляют план ориентирования на местности во время туристского похода. | 1 |
| 10. | Подготовка к проведению туристского похода. | Беседа | Усваивают принципы разработки маршрута, подбора туристского снаряжения в зависимости от вида похода. | 1 |
| 11. | Приметы, по которым можно определить погоду. | Беседа | Описывают приметы, по которым можно ориентироваться во время похода. | 1 |
| 12. | Как развести костёр при разной погоде. | Лекция с элементами практической работы | Осваивают правила разведения костра, выбора места для костра. | 1 |
| 13. | Если в лесу вас застигла гроза | Лекция с элементами беседы | Составляют правила безопасного поведения во время грозы, если турист заблудился. | 1 |
| 14. | Советы на всю жизнь. | Беседа | Различают виды походов по их сложности. | 1 |
| 15. | Лыжные походы. | Лекция | Объясняют особенности лыжных походов. Сравнивают правила разведения костров в лыжных походах. Осваивают особенности передвижения в лыжных походах. Объясняют особенности рациона туристов в лыжных походах. | 1 |
| 16. | Горные походы. | Беседа | Объясняют особенности горных походов. Сравнивают правила разведения костров в горных походах. Осваивают особенности передвижения в горных походах. Объясняют особенности рациона туристов горных походах. | 1 |
| 17. | Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах. | Лекция с элементами беседы | Анализируют правила преодоления препятствий во время водных походов. Сравнивают правила разведения костров в водных походах. Осваивают особенности передвижения в водных походах. Объясняют особенности рациона туристов в водных походах. | 1 |
| 18. | Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде. | Лекция с элементами беседы | Объясняют особенности и виды автономного существования человека. | 1 |
| 19. | Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде. | Лекция с элементами практической работы | Изучают виды автономного существования человека в природных условиях. | 1 |
| 20. | Организация ночлега при автономном существовании. | Лекция с элементами беседы | Разрабатывают план сооружения жилища, добывания огня во время автономного существования. | 1 |
| 21. | Как добыть питьё и пищу в условиях автономии. | Лекция с элементами беседы | Описывают растения, которые можно употреблять в пищу. | 1 |
| 22. | Как подать сигналы бедствия. | Практическая работа | Осваивают правила подачи сигналов бедствия. | 1 |
| 23. | Безопасность при встрече с дикими животными. | Лекция | Описывают особенности диких животных, которые обитают в нашем регионе. Изучают правила безопасности во время встречи с дикими животными. | 1 |
| 24. | Безопасность при встрече со змеёй. | Беседа | Характеризуют виды и особенности змей. Описывают правила безопасного поведения во время встречи с ядовитой змеёй. | 1 |
| 25. | Защита от комаров и мошки и других насекомых. | Лекция | Объясняют опасности комаров и мошек, необходимость защиты от насекомых. | 1 |
| 26. | Профилактика клещевого энцефалита. | Лекция с элементами практической работы | Характеризуют опасность клещевого энцефалита, правила профилактики. | 1 |
| 27 | Народные средства первой помощи. | Лекция с элементами практической работы | Объясняют особенности первой помощи в природных условиях. Описывают средства оказания первой помощи в походе. | 1 |
| 28 | Первая помощь при травматических повреждениях. | Практическая работа | Отрабатывают навыки оказания первой помощи при травмах, ушибах. Распознают виды кровотечений и способы оказания помощи при кровотечениях. | 1 |
| 29 | Первая помощь при травматических повреждениях. | Практическая работа | Отрабатывают навыки оказания первой помощи при травмах, ушибах. Распознают виды кровотечений и способы оказания помощи при кровотечениях. | 1 |
| 30 | Первая помощь при солнечном и тепловом ударе. | Лекция с элементами практической работы | Изучают особенности оказания первой помощи при тепловом ударе и солнечном ударе. | 1 |
| 31 | Первая помощь при солнечном и тепловом ударе. | Практическая работа | Изучают особенности оказания первой помощи при тепловом ударе и солнечном ударе. | 1 |
| 32 | Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге. | Лекция с элементами практической работы | Изучают особенности оказания первой помощи при переохлаждении, отморожении, ожоге. | 1 |
| 33 | Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге. | Практическая работа | Изучают особенности оказания первой помощи при переохлаждении, отморожении, ожоге. | 1 |
| 34 | Психологическая поддержка пострадавшего | Беседа | Объясняют значение психологической поддержки для пострадавшего. Изучают способы оказания психологической поддержки. | 1 |