

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

Сорокинская средняя общеобразовательная школа №3

РАССМОТРЕНО на ШМО учителей протокол №1 от 29.08.2025 г.	СОГЛАСОВАНО Заместителем директора по УВР _____ Великая А.И.	УТВЕРЖДЕНО Директором _____ Великая А.И. приказ №67/1-ОД от 29.08.2025 г.
--	--	--

Рабочая программа
элективного курса «Безопасность личности, общества и государства»
для обучающихся 5 класса

с. Большое Сорокино

Пояснительная записка

Программа «Безопасность личности, общества и государства» предназначена для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Программа разработана с учётом комплексного подхода к формированию у учащихся современного уровня культуры безопасности и позволяет:

- последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику курса безопасности личности, общества и государства;
- эффективно использовать межпредметные связи;
- обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения;
- повышать эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности с учётом возрастных особенностей и уровня подготовки по другим учебным дисциплинам, а также с учётом особенностей обстановки в регионе в области безопасности при разработке региональных учебных программ.

Подготовка подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности должна основываться на комплексном подходе к формированию у подростков современного уровня культуры безопасности, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения.

Цели изучения элективного курса «Безопасность личности, общества и государства»:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- профилактика асоциального поведения учащихся;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных **задач**, как:

- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование потребности в соблюдении требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Элективный курс «Безопасность личности, общества и государства» 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 представлений безопасного поведения не только в урочной, но и во внеурочной деятельности;
- формирования у учащихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

Структура курса «Безопасность личности, общества и государства» при модульном построении содержания основного общего образования включает в себя два учебных модуля и пять разделов.

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства 24 часа.

Модуль обеспечивает формирование у обучающихся комплексной безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи – 10 часов.

Модуль решает задачи духовно-нравственного воспитания обучаемых, формирования у них индивидуальной системы здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, а также умение оказывать первую помощь.

Количество часов, отводимых на изучение элективного курса «Безопасность личности, общества и государства» в 5 классе 34 часа (1 час в неделю).

Содержание элективного курса

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства 24 часа.

Раздел: Человек, среда его обитания, безопасность человека

Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека – 5 часов.

Тема: Человек и окружающая среда. Город как среда обитания. Роль города в развитии человеческого общества. Особенности современного города, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, которые могут возникнуть в городе.

Тема: Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные системы, которые могут возникнуть в жилище; меры по их профилактике.

Тема: Особенности природных условий в городе. Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Тема: Взаимоотношения людей, проживающих в городе и безопасности. Особенности социальной среды в городе с учётом его предназначения (город-столица, город-порт и др.) Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе: со взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком.

Тема: Основы безопасности жизнедеятельности человека. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера – 6 часов.

Тема: Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Дорога и её предназначения. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Тема: Пешеход. Безопасность пешехода. Пешеход- участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Тема: Пассажир. Безопасность пассажира. Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Меры безопасности при поездке железнодорожным транспортом. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Тема: Водитель. Правила безопасного поведения велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста.

Тема: Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре. Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре.

Тема: Первичные средства пожаротушения.

Тема: Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, с бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

Глава 3. Опасные ситуации природного характера и защита населения от них – 2 часа.

Тема: Погодные условия и безопасность человека. Рекомендации по безопасному поведению. Погода и её основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололёд, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения в предвидении и во время опасных природных явлений.

Тема: Водоёмы, правила поведения у воды, оказание помощи на воде. Водоёмы в черте города. Состояние водоёмов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

Раздел 2. Защита населения от чрезвычайных ситуаций.

Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера – 4 часа

Тема: Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия.

Тема: Общие правила поведения при ЧС природного характера. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Тема: Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты, пожаро-взрывоопасный объект, химически опасный объект). Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера.

Тема: Общие правила поведения при ЧС техногенного характера. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера. Организация защиты населения от ЧС. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС). Действия населения при

оповещении об угрозе возникновения ЧС. Организация эвакуации населения. Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязнённой местности.

Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ.

Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение – 3 часа

Тема: Антиобщественное поведение и его опасность. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Тема: Обеспечение личной безопасности дома. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность и телефон. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Тема: Обеспечение личной безопасности на улице. Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать маршрут движения по городу, знания расположения безопасных зон в городе (отделения полиции, посты ГИБДД и др.). умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства – 4 часа.

Тема: Терроризм, экстремизм, основные понятия и причины их возникновения.

Тема: Виды экстремистской и террористической деятельности.

Тема: Виды террористических актов и их последствия.

Тема: Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности. Личная безопасность.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи – 10 часов.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Глава 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни – 3 часа.

Тема: Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять своё время как основное, составляющее здорового образа жизни.

Тема: Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой – обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья.

Тема: Рациональное питание. Гигиена питания. Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

Глава 5. Факторы, разрушающие здоровье – 3 часа.

Тема: Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье.

Тема: Вредные привычки употребление алкоголя, курение табака. Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия для здоровья человека от постоянного курения. Как уберечь себя от курения. Алкоголь – наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступления.

Тема: Профилактика вредных привычек.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Глава 9. Первая помощь и правила её оказания – 4 часа.

Тема: Оказание первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи. Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую медицинскую помощь, правила её вызова. Содержание аптечки для оказания первой помощи.

Тема: Первая помощь при различных видах повреждения.

Тема: Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах, носовом кровотечении.

Тема: Первая медицинская помощь при отравлениях.

Планируемые образовательные результаты

Личностные результаты:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасные и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

- формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

Предметные результаты:

- 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 употребления алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;
- формирование экстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- 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 поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умения оказывать первую медицинскую помощь;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

Тематическое планирование 5 класс

№ п / п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Функциональная грамотность
		Всего	Контр ольны е работ ы	Практич еские работы		
Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека – 5 часов						

1.1	Человек, среда его обитания, безопасность человека	5	0	2	ЦОР https://urok.apkpro.ru/	Развитие и формирование поведенческих моделей обеспечивающих безусловное соблюдение безопасности в условиях социальной и природной среды; навыков безопасного поведения правил безопасности, здоровьесбережения. Развитие и формирование умение извлекать информацию из разных источников; осмысленно читать и воспринимать на слух тексты разных типов (информационного и прикладного характера)
Итого по разделу		5				
Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера – 6 часа						
2.1	Опасные ситуации техногенного характера	6	0	4	ЦОР https://urok.apkpro.ru/	Развитие и формирование поведенческих моделей обеспечивающих безусловное соблюдение безопасности в условиях социальной и природной среды; навыков безопасного поведения правил безопасности, здоровьесбережения. Развитие и формирование умение извлекать информацию из разных источников; осмысленно читать и воспринимать на слух тексты разных типов (информационного и прикладного характера)
Итого по разделу		6				
Глава 3. Опасные ситуации природного характера и защита населения от них – 2 часа						
3.1	Опасные ситуации природного характера и защита населения от них	2	0	1	ЦОР https://urok.apkpro.ru/	Развитие и формирование поведенческих моделей обеспечивающих безусловное соблюдение безопасности в условиях социальной и природной среды; навыков безопасного поведения правил безопасности, здоровьесбережения. Развитие и формирование умение извлекать информацию из разных источников; осмысленно читать и воспринимать на слух тексты разных типов (информационного и прикладного характера)

Итого по разделу		2				
Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера – 4 часа						
4.1	Защита населения от чрезвычайных ситуациях	4	0	2	ЦОР https://urok.apkpro.ru/	Развитие и формирование поведенческих моделей обеспечивающих безусловное соблюдение безопасности в условиях социальной и природной среды; навыков безопасного поведения правил безопасности, здоровьесбережения. Развитие и формирование умение извлекать информацию из разных источников; осмысленно читать и воспринимать на слух тексты разных типов (информационного и прикладного характера)
Итого по разделу		4				
Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведения – 3 часа						
5.1	Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации	3	0	1	ЦОР https://urok.apkpro.ru/	Развитие и формирование поведенческих моделей обеспечивающих безусловное соблюдение безопасности в условиях социальной и природной среды; навыков безопасного поведения правил безопасности, здоровьесбережения. Развитие и формирование умение извлекать информацию из разных источников; осмысленно читать и воспринимать на слух тексты разных типов (информационного и прикладного характера)
Итого по разделу		3				
Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства – 4 часа						
6.1	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	4	0	2	ЦОР https://urok.apkpro.ru/	Развитие и формирование поведенческих моделей обеспечивающих безусловное соблюдение безопасности в условиях социальной и природной среды; навыков безопасного поведения правил безопасности, здоровьесбережения. Развитие и формирование умение извлекать

						информацию из разных источников; осмысленно читать и воспринимать на слух тексты разных типов (информационного и прикладного характера)
Итого по разделу		4				
Глава 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни – 3 часа						
7.1	Основы здорового образа жизни	3	0	2	ЦОР https://urok.apkpro.ru/	Развитие и формирование поведенческих моделей обеспечивающих безусловное соблюдение безопасности в условиях социальной и природной среды; навыков безопасного поведения правил безопасности, здоровьесбережения. Развитие и формирование умение извлекать информацию из разных источников; осмысленно читать и воспринимать на слух тексты разных типов (информационного и прикладного характера)
Итого по разделу		3				
Глава 8. Факторы, разрушающие здоровья – 3 часа						
8.1	Факторы, разрушающие здоровья	3	0	2	ЦОР https://urok.apkpro.ru/	Развитие и формирование поведенческих моделей обеспечивающих безусловное соблюдение безопасности в условиях социальной и природной среды; навыков безопасного поведения правил безопасности, здоровьесбережения. Развитие и формирование умение извлекать информацию из разных источников; осмысленно читать и воспринимать на слух тексты разных типов (информационного и прикладного характера)
Итого по разделу		4				
Глава 9. Первая помощь и правила её оказания – 4 часа						

9.1	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	4	0	3	ЦОР https://urok.apkpro.ru/	Развитие и формирование поведенческих моделей обеспечивающих безусловное соблюдение безопасности в условиях социальной и природной среды; навыков безопасного поведения правил безопасности, здоровьесбережения. Развитие и формирование умение извлекать информацию из разных источников; осмысленно читать и воспринимать на слух тексты разных типов (информационного и прикладного характера)
Итого по разделу		4				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	19		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Человек и окружающая среда. Город как среда обитания.	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
3	Особенности природных условий в городе.	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе и безопасности.	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
5	Основы безопасности жизнедеятельности.	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
6	Дорожное движение. Безопасность на дорогах, безопасность участников дорожного движения.	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
7	Пешеход. Правила безопасного поведения пешехода.	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
8	Пассажир. Правила безопасного поведения пассажира.	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/

9	Водитель. Правила безопасного поведения велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
10	Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре.	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
11	Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др.	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
12	Погодные условия и безопасность человека. Рекомендации по безопасному поведению.	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
13	Водоёмы, правила поведения у воды, оказание помощи на воде.	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
14	Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, оползни, обвалы, ураганы, бури, смерчи, наводнения, сели).	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
15	Общие правила поведения при ЧС природного характера.	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
16	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
17	Общие правила поведения при ЧС техногенного характера. Рекомендации по безопасному поведению.	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
18	Антиобщественное поведение и его опасность.	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
19	Обеспечение личной безопасности дома.	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
20	Обеспечение личной безопасности на улице.	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
21	Терроризм, экстремизм, основные понятия и причины их возникновения.	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
22	Виды экстремистской и террористической деятельности	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
23	Виды экстремистской и террористической деятельности	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
24	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности. Личная безопасность.	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
25	Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.	1	0	0		ЦОР https://urok.apkpro.ru/
26	Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена).	1	0	1		ЦОР https://urok.apkpro.ru/

27	Рациональное питание. Гигиена питания.	1	0	1	ЦОР https://urok.apkpro.ru/
28	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1	0	0	ЦОР https://urok.apkpro.ru/
29	Вредные привычки употребление алкоголя, курение табака.	1	0	1	ЦОР https://urok.apkpro.ru/
30	Профилактика вредных привычек.	1	0	1	ЦОР https://urok.apkpro.ru/
31	Основы оказание первой помощи	1	0	0	ЦОР https://urok.apkpro.ru/
32	Первая помощь при различных видах повреждения	1	0	1	ЦОР https://urok.apkpro.ru/
33	Первая медицинская помощь при ушибах, ссадинах.	1	0	1	ЦОР https://urok.apkpro.ru/
34	Первая медицинская помощь при отравлениях.	1	0	1	ЦОР https://urok.apkpro.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	19	