**ОБЖ 34Ч**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Название раздела** | **№**  **п/п** | **Основное содержание**  **программного материала** | **Да**  **та** | **Вид контроля** | **Приме**  **ча**  **ния** |
| **Основы**  **здорового**  **образа**  **жизни.**  **10ч.** |  | Понятие здоровья. Факторы, влияющие на него. |  |  |  |
|  | Основы здорового образа жизни и безопасность человека. |  |  |  |
|  | Режим дня. |  |  |  |
|  | Здоровое питание. |  |  |  |
|  | Профилактика переедания, пищевых отравлений. |  |  |  |
|  | Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний. |  |  |  |
|  | Профилактика инфекционных заболеваний. |  |  |  |
|  | Вредные привычки. Курение и его влияние на состояние здоровья. |  |  |  |
|  | Вредные привычки. Алкоголь и его влияние на состояние здоровья. |  |  |  |
|  | Профилактика вредных привычек. |  |  |  |
| **Основы медицинских знанаий и оказание первой медицинской помощи.**  **7ч.** |  | Основные виды травм у детей. |  |  |  |
|  | Средства помощи при травмах. |  |  |  |
|  | Первая медицинская помощь при ушибах и кровотечениях. |  |  |  |
|  | Правила обработки ран. |  |  |  |
|  | Перевязка ран. |  |  |  |
|  | Переломы, вывихи и растяжения связок. |  |  |  |
|  | Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. |  |  |  |
| **Опасные**  **ситуации,**  **возникающие**  **в повседнев**  **ной жизни,**  **правила**  **поведения**  **учащихся.**  **17 ч.** |  | Опасные шалости. Возможные последствия шалостей. |  |  |  |
|  | Опасные игрушки. |  |  |  |
|  | Опасная высота. |  |  |  |
|  | Практическое занятие. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. |  |  |  |
|  | Правила безопасного поведения на дорогах. |  |  |  |
|  | Правила перехода дорог. |  |  |  |
|  | Соблюдение правил движения велосипедистами. |  |  |  |
|  | Причины дорожно - транспортного травматизма |  |  |  |
|  | Ориентирование на местности. |  |  |  |
|  | Определение сторон горизонта по местным признакам. |  |  |  |
|  | Определение сторон горизонта по компасу. |  |  |  |
|  | Определение сторон горизонта по солнцу. |  |  |  |
|  | Безопасная переправа через водную преграду. |  |  |  |
|  | Умение вязать узлы. |  |  |  |
|  | Меры пожарной безопасности при разведении костра. |  |  |  |
|  | Правила безопасного поведения на воде. |  |  |  |
|  | Практическое занятие. Правила поведения на воде. |  |  |  |