**Пояснительная записка**

Рабочая программа составлена на основе: Федерального компонента государственного стандарта общего образования по основам безопасности жизнедеятельности (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 03.06.2009 № 104-ФЗ) «О внесении изменений в кодекс РФ об административных правонарушениях в части установления административной ответственности за нарушение законодательства РФ в области образования и статьи 12 Закона РФ «Об образовании».

 Рабочая программа составлена на основе программы Министерства образования Саратовской области и Министерства здравоохранения Саратовской области.

Пример­ной программы для средних классов общеобразовательного учреждения, авторов М.В.Лысогорской, М.М. Орловой, М.А.Павловой, Т.В.Парсиковой, М.А.Тяпкиной, Л.Е.Федкулиной.

 В рабочей программе нашли отражение цели и задачи изучения основ здорового образа жизни на ступени основного общего образования. И предназначена для учащихся 5 класса. Согласно действующему Базисному учебному плану рабочая программа для 5-го класса преду­сматривает обучение в объеме 1 часа в неделю, всего в год -34часа

 МБОУ «ООШ с. Старицкое» реализует права граждан на образование, гарантирует общедоступность и бесплатное начальное общее, основное общее образование.

Модель выпускника основной школы - любящий свой край и своё Отечество, уважающий свой народ. Его культуру и его традиции . – осознающий и понимающий ценность человеческой жизни, семьи, гражданского общества, многонационального российского народа, человечества. – активно и заинтересованно познающий мир, осознающий ценность труда, науки и творчества.

Цели работы школы: - Сформировать личность, готовую к самоопределению своего места в творческом преобразовании окружающего мира, к саморазвитию;

- Обеспечить реализацию к праву каждого учащегося на получение образованию в соответствии с его потребностью и возможностями;

- Сформировать у учащихся школы устойчивые познавательные интересы;

- Включить каждого ученика в работу на учебных занятиях в качестве активных участников и организаторов образовательного процесса;

- Повысить качество обучения школьников за счет освоения технологий, обеспечивающих успешность самостоятельной работы каждого ученика;

- Усилить влияние школы на социализацию личности школьника, его адаптацию к новым экономическим условиям, самоопределения в отношении бедующей профессии.

 Изучение тематики данной программы направлено на достижение следующих целей:

 Цели регионального курса «Основы здорового образа жизни»: формирование личности, способной реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками саморегуляции и безопасного поведения. Программа предусматривает: получение учениками знаний и навыков, необходимых для создания семейных отношений и воспитания детей; формирование потребности в здоровом образе жизни; формирование навыков гигиены и профилактики заболеваний; формирование навыков ухода за больными; формирование навыков рационального питания и других способов самосовершенствования. Содержание программы предполагает изучение вопросов философии, этики, морали, психологии, социологии, экономики, правоведения, семьеведения, сексологии, физиологии, анатомии и гигиены человека в аспекте пропаганды, обучения и воспитания здорового образа жизни.

Раздел программы изучаемый в классе называется**: «Моё место в этом мире»**

Система уроков сориентирована не столько на передачу «готовых знаний», сколько на формирование активной личности, мотивированной к самообразованию, обладающей достаточными навыками и психологическими установками к самостоятельному поиску, отбору, анализу и использованию информации.
Особое внимание уделяется познавательной активности учащихся, их мотивированности к самостоятельной учебной работе .

По окончанию курса учащиеся будут **знать:** вопросы отношения к окружающему миру**,**  формы поведения человека (успешные и неуспешные, уверенное и неуверенное, грубое)**,** что такое расслабление, что такое генеалогическое дерево своей семьи**,** что такое семейные реликвии **,** что такое семейные традиции**,** что такое личная гигиена**,** о факторах окружающей среды, влияющих на здоровье человека**.**

**Уметь:** характеризовать взаимосвязь элементов живой природы, характеризовать правила поведения в обществе , характеризовать понятие семейные реликвии, слушать собеседника, составлять генеалогическое древо своей семьи, пользоваться средствами личной гигиены, вооружиться навыками безопасного взаимодействия с миром, осуществлятьсобственный индивидуальный выбор в отношении с миром, развивать способность самостоятельно строить свою судьбу. характеризовать состояние окружающей среды обитания, проводить закаливание организма, правильно сидеть при работе за столом .

Занятия проводятся в форме лекций, семинаров, бесед, дискуссий. С использованием ИКТ и проектной деятельности.

**Учебно-тематический план ОЗОЖ 5 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тематический блок  | Кол-во часов | ИспользованиеИКТ | Использование проектной деятельности | Использование исследовательской деятельности |
| **1** | **Этический блок** | **6** |  |  |  |
| 1 | Непрерывность и цикличность жизни | 1 |  |  |  |
| 2 | Происхождение жизни на земле | 1 | + |  |  |
| 3 | Цикличность жизни человека | 1 |  |  |  |
| 4 | Прошлое, настоящее, бедующее в жизни человека | 1 |  |  |  |
| 5 | Преемственность поколений | 1 |  | + |  |
| 6 | Передача жизненного опыта от поколения к поколению | 1 |  |  |  |
| **2** | **Психологический блок** | **8** |  |  |  |
| 7 | Формы самоопределения |  |  |  |  |
| 8 | Креативность |  | + |  |  |
| 9 | Логическое мышление |  |  |  |  |
| 10 | Чувство юмора |  |  |  |  |
| 11 | Умение обратиться к другому |  |  |  |  |
| 12 | Умения слушать собеседника |  |  |  |  |
| 13 | Взаимодействие в группе |  |  |  |  |
| 14 | Наблюдательность и интеллектуальная гибкость |  |  |  |  |
| **3** | **Правовой блок** | **6** |  |  |  |
| 15 | Знакомство с декларацией прав ребёнка |  | + |  |  |
| 16 | Права и обязанности детей |  |  | + |  |
| 17 | Права ребёнка в Российской Федерации |  |  |  |  |
| 18 | Справедливость, правоспособность |  |  |  |  |
| 19 | Реализация прав в повседневной жизни |  |  |  |  |
| 20 | Интересы детей в социальной инфраструктуре |  |  |  |  |
| **4** | **Семьеведческий блок** | **6** |  |  |  |
| 21 | Семья и её функции |  |  | + |  |
| 22 | Психологическая функция семьи |  |  |  |  |
| 23 | Хозяйственная функция семьи |  |  |  |  |
| 24 | Социальная функция семьи |  |  |  |  |
| 25 | Развитие семьи на протяжении веков |  | + |  |  |
| 26 | Изменение семейных ценностей |  |  |  |  |
| **5** | **Медико – гигиенический блок** | **8** |  |  |  |
| 27 | Перестройка деятельности организма в подростковом возрасте (у девочек) |  |  |  |  |
| 28 | Перестройка деятельности организма в подростковом возрасте (у мальчиков) |  |  |  |  |
| 29 | Гигиена тела и полости рта |  |  |  |  |
| 30 | Режим дня и его особенности |  | + |  |  |
| 31 | Гигиена питания |  |  |  |  |
| 32 | Профилактика близорукости |  |  |  |  |
| 33 | Профилактика инфекционных заболеваний |  |  |  |  |
| 34 | Вредные привычки |  |  | + |  |

**Основное содержание тематического плана ОЗОЖ 5 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| **Тематический блок, тема учебного занятия** | **Количество часов** |
| **Этический блок**Философские понятия о мире, жизни, закономерности существования Вселенной. Понятия о заботе, ответственности, любови, красоте, гармонии, счастье. Смысл жизни творчество, свобода, добро и зло, жизнь и смерть. Вселенная. Планета Земля. Жизнь. Происхождение жизни на Земле. Разнообразие видов живых существ. Человека как вершина эволюции живой природы. Цикличность жизни. Прошлое. Настоящее. Будущее. Поколение. Младенец. Ребёнок. Взрослый человек. Передача жизненного опыта. Смена и связь поколений. | **6** |
| **Психологический блок**понятие о строении проявлении психики, структуре личности, самоанализе и саморегуляции. Формирует и развивает умение приводить в гармонию и единство различные стороны своей личности. упражнения, направленные на развитие личности, интеллектуальной и эмоциональной сфер, чувство собственного достоинства, профилактике болезней, асоциального поведения и умения быть здоровым. | **8** |
| **Правовой блок**права и обязанности человека в семье, навыки правового поведения, правильное понимание свободы и необходимости. Ребёнок как субъект права. Справедливость. Правоспособность. Социальные службы для детей. Государственная политика в интересах детейПрава и обязанности детей. Конвенция о правах ребёнка | **6** |
| **Семьеведческий блок**знания о механизмах создания, развития и функционирования семьи. Ценность и потребность в семье; развивает навыки эффективного семейного взаимодействия, грамотного и ответственного воспитания детей, реализации здорового образа жизни в семье; развитие полоролевого поведения, мужественности и женственности | **6** |
| **Медико-гигиенический блок**семье; развитие полоролевого поведения, мужественности и женственности семье; развитие полоролевого поведения, мужественности и женственности. Ребенок, подросток, взрослый. Переходный возраст. Первичные и вторичные половые признаки. Гормоны. Железы внутренней секрецииРебенок, подросток, взрослый. Переходный возрастПервичные и вторичные половые признаки. Личная гигиена. Уход за кожей, волосами, ногтями, зубамиЗащита кожных покровов. Профилактика болезнейРациональный режим для школьника. Режим трудового воспитания и обучения. Рациональное питаниеСостав пищи. Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества. Сбалансированное питание. Санитарно-гигиенические требования к хранению продуктовОрган зрения и его световоспринимающий аппаратБлизорукость и необходимость борьбы с ней, профилактика косоглазия. Факторы, приводящие к чрезмерной нагрузке на зрительную систему. Снятие зрительного утомления. Иммунитет. Инфекционные заболевания условия их возникновения и теченияПрофилактика инфекционных заболеваний. Вредные привычки. Вредные вещества. Психотропные веществаОтравление. Привыкание. Физическая и психическая зависимость. Социальный статус. Самочувствие. Самосознание. Наркотический вещества и их неблагоприятное влияние на органы и системы организма человека. | **8** |