**Пояснительная записка**

Рабочая учебная программа к учебному курсу по основам здорового образа жизни для 8 класса 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. Изд. 2-е, доп. и перераб. Саратов: Слово, 2001.

Рабочая учебная программ предназначена для учащихся 8 класса общеобразовательного учреждения и учитывает специфику адресата и условия обучения. Выполнение учебной рабочей программы направлено на достижение цели работы школы на второй ступени обучения: формирование у обучающихся целостного представления о мире, гражданской ответственности и правового самосознания, духовной культуры, самостоятельности, развития их склонностей, интересов и способности к социальному самоопределению, а также способствует реализации модели выпускника основной школы:

-любящий свой край и своё Отечество, знающий русский и родной язык, уважающий свой народ, его культуру и духовные традиции;

-осознающий и принимающий ценности человеческой жизни, семьи, гражданского общества, многонационального российского народа, человечества;

-активно и заинтересованно познающий мир, осознающий ценность труда, науки и творчества;

-умеющий учиться, осознающий важность образования и самообразования для жизни и деятельности, способный применять полученные знания на практике;

-социально активный, уважающий закон и правопорядок, соизмеряющий свои поступки с нравственными ценностями, осознающий свои обязанности перед семьёй, обществом, Отечеством;

-уважающий других людей, умеющий вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;

- осознанно выполняющий правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды.

**Цели** формирование личности, способной реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками саморегуляции и безопасного поведения.

Согласно действующему Базисному учебному плану рабочая программа для 8-го класса преду­сматривает обучение в объеме 1 часа в неделю.

На основании примерной программы, содержащих требования к минимальному объему содержания по ОЗОЖ в 8-х классах, реализуется базисный и продвинутый уровни преподавания, что позволяет реализовать индивидуальный подход к обучению, развитие познавательной активности младших подростков и формирование познавательной и информационных компетентностей учащихся.

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.

Формы организации учебного процесса: индивидуальные; групповые; индивидуально-групповые; фронтальные; практикумы.

Формы проведения уроков: мини--лекция, практикум, урок-игра, урок -контроля.

Виды и формы контроля:наблюдение;беседа;фронтальный опрос;опрос в парах;контрольная работа;практикум.

Ожидаемые образовательные результаты

Раздел «Все начинается с любви»

Знать:

**-** что такое симпатия, дружба

-определения понятия любви, влюбленности.

- определения понятия любви

- определение сущности любви с точки зрения религиозного учения

- мировые религии

- что такое христианство

- мотивы межличностных отношений

- способы расслабления

- что такое вина и стыд

- что такое тревога, страх

- что такое агрессия; виды агрессии

- понятие здоровье, стресс, фазы стресса

- правила поведения в опасных для жизни ситуациях (драка, разбойное нападение, изнасилование и т.д.); способы защиты, приемы само­обороны; телефоны служб срочной помощи: милиция, скорая помощь, городской телефон спасения

- наиболее опасные инфекционные заболевания, их эпидемиологию (симптоматику , пути заражения, инкубационный пе­риод, течение болезни, ее последствия); что является носителем инфекции; правила безопасности в общении с больными (дезинфекция, безопасный секс ); понятие проституция, беспорядочные сексуальные связи; об уголовной ответст­венности (соответствующие статьи УК РФ)

- cпособы принуждения: угроза, шантаж, вымогательство, обман, психологическое или физическое давление и т.д.; об ответственности за принуждение

- что такое конфликт, причины возникновения конфликтных ситуаций. Пути разрешения конфликтов. Научить способам профилактики и разрешения семейных конфликтов

- понятие семейного договора; формы обсуждения договора

- о последствиях ранних половых связей

- об особенностях полового влечения юноши и девушки

- о правильной организации учебного процесса, о профилактике переутомления

**Уметь:**

- характеризовать

- характеризовать

**-** отличать симпатию от дружбы.

- отличать любовь от влюбленности

- объяснять понятие любви

- объяснять понятие любви с точки зрения мировых религий

- объяснять христианское понимание любви

- характеризовать проблемы в отношениях с людьми

- слушать собеседника

- характеризовать эмоции человека

- характеризовать формы проявления агрессии

- выходить из сложных ситуаций

- характеризовать наиболее опасные инфекционные заболевания

- противостоять принуждению

- характеризовать причины конфликтов в семье. Находить выход из конфликтных ситуаций

- заключать различные формы согласия

- характеризовать взаимоотношения полов

- характеризовать влияние на здоровье ранних половых связей

- правильно организовать свой режим дня.

Изучение ОЗОЖ в 8 классе дает возможность обучающимся достичь следующих компетенций

Изучение ОЗОЖ в 8 классе направлено на достижение цели развития коммуникативной компетенции в совокупности ее составляющих – языковой, социокультурной, учебно-познавательной:

-языковая компетенция которые связаны с овладением системой понятий о здоровом образе жизни, использованием языка для приёма и передачи информации.

- социокультурная компетенция - приобщение учащихся к культуре, традициям и реалиям стран, сфер и ситуаций общения, отвечающих опыту, интересам, психологическим особенностям учащихся основной школы;

- компенсаторная компетенция – развитие умений выходить из положения в условиях при получении и передачи информации;

- учебно-познавательная компетенция – дальнейшее развитие общих и социальных учебных умений; ознакомление с доступными учащимся способами.

**Учебно – тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тематический блок (тема учебного занятия при отсутствии тем.блока) | Кол-во часов | Использование ИКТ  20%от34 часов | Использование проектной деятельности  30%от34 часов | Использование исследователь-  ской деятельности  20%от34 часов |
| 1. | Этический блок | 6 |  | 1 |  |
| 2. | Психологический блок | 8 |  |  | 2 |
| 3. | Правовой блок | 6 | 1 | 1 | 2 |
| 4. | Семьеведческий блок | 6 | 1 |  | 1 |
| 5. | Медико-гигиенический блок | 8 | 1 |  |  |
|  | Итого: | 34 | 3 | 2 | 5 |

**Основное содержание тематического плана**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тематический блок | Кол-во  часов |
| **1** | **Этический блок** | **6** |
| 1 | Понятие любви. Любовь, как этическое понятие.  (урок-лекция) | 1 |
| 2 | Религиозные учения о сущности любви.  (урок-лекция) | 1 |
| 3 | Христианство, как основа русской культуры.  (урок-лекция) | 1 |
| 4 | Христианское понимание любви.  (урок-лекция) | 1 |
| 5 | Повторение материала  (урок-лекция) | 1 |
| 6 | Конкурс проектов «Любовь в жизни исторических личностей».  (урок-защита проекта) | 1 |
| **2** | **Психологический блок** | **8** |
| 7 | Мотивы межличностных отношений.  (урок-лекция) | 1 |
| 8 | Свобода выражения чувств. Способы расслабления.  (урок-лекция) | 1 |
| 9 | Умение слушать собеседника. Представление об идеалах  (урок-лекция) | 1 |
| 10 | Проблемы в отношениях с людьми.  (урок - исследование) | 1 |
| 11 | Общительность.  (урок-игра) | 1 |
| 12 | Эмоции человека.  (урок-лекция) | 1 |
| 13 | Симпатия, дружба, влюбленность, любовь.  (урок - исследования) | 1 |
| 14 | Тестирование по блоку  (урок - контроль) | 1 |
| **3** | **Правовой блок** | **6** |
| 15 | Правила поведения в опасных для жизни ситуациях (драка, разбойное нападение, изнасилование и т.д.).  (урок-лекция) | 1 |
| 16 | Способы защиты. Приемы самообороны. Службы срочной помощи: милиция, скорая помощь, служба спасения.  (урок-практикум) | 1 |
| 17 | Болезнь, как опасная для жизни ситуация. Ответственное и безответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.  (урок - исследование) | 1 |
| 18 | Инфекционные заболевания.  (урок - исследование) | 1 |
| 19 | Ответственность за заражение заболеваниями.  (урок – защита проекта) | 1 |
| 20 | Тестирование по блоку  (урок - контроля знаний) | 1 |
| **4** | **Семьеведческий блок** | **6** |
| 21 | Понятие конфликта, особенности семейных конфликтов.  (урок-лекция) | 1 |
| 22 | Причины возникновения конфликтных ситуаций.  (урок-лекция) | 1 |
| 23 | Пути разрешения конфликтов  (урок-практикум) | 1 |
| 24 | Семейно-бытовая культура, телефоны доверия, центры планирования семьи.  (урок - исследование) | 1 |
| 25 | Различие установок супругов на разделение домашних обязанностей. Борьба за лидерство.  (урок-игра) | 1 |
| 26 | Тестирование по блоку  (урок - контроль) | 1 |
| **5** | **Медико-гигиенический блок** | 8 |
| 27 | Гигиена физического развития подростков.  (урок-лекция) | 1 |
| 28 | Проблема акселерации  (урок-лекция) | 1 |
| 29 | Половые отношения и стиль жизни  (урок-лекция) | 1 |
| 30 | Последствия ранних половых связей  (урок-лекция) | 1 |
| 31 | Гигиены учебного процесса восьмиклассника  (урок-лекция) | 1 |
| 32 | Утомление и переутомление.  (урок-лекция) | 1 |
| 33 | Гигиена труда подростков  (урок-практикум) | 1 |
| 34 | Тестирование по блоку  (урок-контрль) | 1 |
|  | Итого: | 34 |

**Календарно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование разделов и тем** | **Всего**  **часов** | **Дата проведения** | | **Корректировка** | **Основные понятия**  **и термины** |
| **по плану** | **по факту** |
| **Этический блок (6 часов)** | | | | | | |
| 1 | Симпатия Дружба. | 1 | 08.09.12. |  |  | симпатия, дружба |
| 2 | Влюбленность. Любовь. | 1 | 15.09.12. |  |  | Влюблённость, любовь |
| 3 | Понятие любви. | 1 | 22.09.12. |  |  | Этические и правовые нормы |
| 4 | Религиозные учения о сущности любви. | 1 | 29.09.12. |  |  | Религиозные учения |
| 5 | Мировые религии. | 1 | 06.10.12. |  |  | Мировые религии. |
| 6 | Христианство как основа русской культуры. | 1 | 13.10.12. |  |  | христианство. |
| **Психологический блок (8 часов)** | | | | | | |
| 7  8 | Эмоции и чувства | 2 | 20.10.12.  10.11.12. |  |  | Чувства |
| 9  10 | Эмоции «полезные и вредные для здоровья» | 2 | 17.11.12.  24.11.12. |  |  | Вина, стыд |
| 11 | Тревога и страх | 1 | 01.12.12. |  |  | тревога, страх |
| 12 | Злость и агрессия | 1 | 08.12.12. |  |  | Агрессия, злость |
| 13 | Части моего «Я» | 1 | 15.12.12. |  |  | Эмоции |
| 14 | Здоровье и стресс | 1 | 22.12.12. |  |  | здоровье, стресс, фазы стресса |
| **Правовой блок (6 часов)** | | | | | | |
| 15  16 | Правила поведения в опасных для жизни ситуациях (драка, раз­бойное нападение, изнасилование и т.д.). | 2 | 12.01.13.  19.01.13. |  |  | драка, разбойное нападение, изнасилование |
| 17 | Ответственность за заражение заболеваниями (сифилис, СПИД и т.д.) | 1 | 26.01.13. |  |  | (симптоматика, инкубационный пе­риод, инфекции |
| 18  19  20 | Уголовный кодекс РФ. | 3 | 02.02.13.  09.02.13.  16.02.13. |  |  | угроза, шантаж, вымогательство, обман, психологическое или физическое давление и т.д. |
| **Семьеведческий блок (6 часов)** | | | | | | |
| 21  22  23 | Конфликты в семье. Причины. Пути разрешения | 3 | 23.02.13.  02.03.13.  09.03.13. |  |  | конфликт; семейный конфликт; профилактика конфликта разрешение конфликтов. |
| 24  25  26 | Семейный договор и другие пути согласия | 3 | 16.03.13.  23.03.13.  06.04.13. |  |  | семейный договор; формы обсуждения договора. |
| **Медико-гигиенический блок (8 часов)** | | | | | | |
| 27  28  29 | Гигиена физического развития подростков. Проблема акселерации. | 3 | 13.04.13.  20.04.13.  27.04.13. |  |  |  |
| 30  31 | Половые отношения и стиль жизни. Последствия ранних половых связей. | 2 | 04.05.13.  11.05.13. |  |  |  |
| 32  33  34 | Гигиена учебного процесса восьмиклассника. Утомление и переутомление. Гигиена труда подростков. | 3 | 18.05.13.  25.05.13. |  |  | гигиена учебного процесса; утомление; профилактика переутомления, цели трудового обучения школьника; гигиенические требования |

**Информационно-методическое обеспечение**

**УМК**

1. Михайлина М.Ю., Лысогорская М.В., Павлова М.А. учебник - Здоровый образ жизни 8 класс. – Саратов: КИЦ «Саратовтелефильм» - «Добродея» , 2008.
2. Михайлина М.Ю., Лысогорская М.В., Павлова М.А. Здоровый образ жизни . Рабочая тетрадь для учащихся 8 класа. – Саратов: КИЦ «Саратовтелефильм» - «Добродея» , 2008.

**Список литературы для учителя**

1. Алмазов Б.Н. Профилактика конфликтов в работе с педагогически запущенными учащимися. Учебн.-метод. пособие. ВНМУ, 1991.
2. Анастази А. Психологическое тестирование. М.: Изд-во Москов. ун-та, 1982.Анохина Т. Сделать свою жизнь // Анохина Т.Б., Крылова Н.Б. Философия и педагогика каникул. Новые ценности образования. Вып.8. М.: Инноватор. 1998. С.94-98.
3. Асмолов А.Г. Психология личности. М.: Просвещение. 1990.
4. Афанасьева Т.М. Семья. М.: Просвещение, 1988.

**Список литературы для учащихся**

1. Михайлина М.Ю., Лысогорская М.В., Павлова М.А. Здоровый образ жизни . Рабочая тетрадь для учащихся 8 класа. – Саратов: КИЦ «Саратовтелефильм» - «Добродея» , 2008. – 48 с.

**Сайты**

1. kalitina.okis.ru/file/kalitina/ozoj\_**8**.doc
2. iva-skola.narod.ru/p12aa1.html
3. zavertjaev.ucoz.ru/load/pourochnoe\_planirovanie...**8**\_**klass**/1-1-0-1
4. koncpekt.ru/.../409-**klass**nyy-chas-zdorovyy-obraz-zhizni-7-**8**-**klass**