|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«Согласовано»**  Руководитель МО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Стихина Е.И./  Протокол № \_\_\_\_\_\_ от  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2015г. | **«Согласовано»**  Заместитель руководителя  по УВР МОУ – СОШ с. Озерное  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ / Киреева Н.Н../    «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2015г. | **«Утверждаю»**  Руководитель  МОУ-СОШ с.Озерное  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Лазарева С.А./  Приказ № \_\_\_\_\_\_\_ от  «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2015г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА**

Стихина Елена Ивановна

Ф.И.О. педагога

I квалификационная категория

по **основам здорового образа жизни.**

**6 класс**

Рассмотрено на заседании

педагогического совета

протокол № \_\_\_\_ от

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_ 2015г

**Пояснительная записка**

Программа по основам здорового образа жизни составлена на основе Закона РФ «Об образовании», Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (2014 г.), учебной программы для общеобразовательных учреждений «Программа для средних классов общеобразовательных учреждений «Основы здорового образа жизни» Министерство Образования Саратовской области, Министерство Здравоохранения Саратовской области»

Примерной программы основного общего образования по ОЗОЖ (5-9 классы), Основной образовательной программы муниципального образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 15 г. Балашова Саратовской области», Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) МОН РФ к использованию в образовательном процессе в ОУ в 2013-2014 уч. году.

Предлагаемая программа является научной, комплексной и последовательной системой обучения и воспитания здоровому образу жизни, и призвана позитивно повлиять на сложившуюся в обществе систему, так как позволит сформировать отношение к здоровью на уровне установок, навыков и умений.

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, навыков гигиены и профилактики заболеваний, ухода за больными, рационального питания и других способов самосовершенствования, формирование потребности в здоровом образе жизни.

Занятия проводятся в форме лекций, семинаров, бесед, дискуссий. Большое место уделяется практическим занятиям, на которых проводятся тренинги, игровое моделирование, анкетирование и тестирование. Предполагается широкое использование технических средств (аудио- и видеотехники), наглядных пособий (таблиц, схем, фотографий и др.) проведение индивидуальных и групповых консультаций.

**Общая характеристика учебного предмета**

Предлагаемая программа является научной, комплексной и последовательной системой обучения и воспитания здоровому образу жизни, и призвана позитивно повлиять на сложившуюся в обществе систему, так как позволит сформировать отношение к здоровью на уровне установок, навыков и умений.

Программа каждого года обучения состоит из пяти блоков.

Содержание **этического блока** включает основные философские понятия о мире, жизни, закономерностях существования Вселенной. Формирует такие понятия как забота, ответственность, любовь, красота, гармония, счастье, смысл жизни, творчество, свобода, добро и зло, жизнь и смерть.

Содержание **психологического блока** формирует понятия о строении и проявлении психики, структуре личности, самоанализе и саморегуляции. Формирует и развивает умения приводить в гармонию и единство различные стороны своей личности. Предлагаются темы и тренинговые упражнения, направленные на развитие личности, интеллектуальной и эмоциональной сфер, чувства собственного достоинства, профилактики болезней, асоциального поведения и умения быть здоровым.

Содержание **правового блока** обеспечивает необходимыми знаниями о правах и обязанностях человека в семье, формирует навыки правового поведения, правильное понимание свободы и необходимости.

Содержание **семьеведческого блока** дает комплексные знания о механизмах создания, развития и функционирования семьи. Формирует ценность и потребность в семье; развивает навыки эффективного семейного взаимодействия, грамотного и ответственного воспитания детей, реализации здорового образа жизни в семье; способствует развитию полоролевого поведения, мужественности и женственности.

Содержание **медико-гигиеничекого блока** дает основные знания о гигиене и профилактике болезенй; раскрывает связь состояния психики с состоянием нашего тела; формирует отношение к своему телу как к ценности; развивает навыки ухода за телом, правильного питания, режима труда и отдыха. Особое внимание уделяется репродуктивному здоровью, формируется негативное отношение к вредным привычкам, в том числе к употреблению наркотиков, алкоголя, табака, токсических веществ.

Каждый год обучения имеет девиз, который определяет общую направленность занятий.

**Место учебного предмета в учебном плане**

Согласно действующему Базисному учебному плану рабочая программа для 6 класса предусматривает обучение основам здорового образа жизни в объеме 1 часа в неделю (34 ч в год).

Распределение обязательной части учебного плана соответствует требованиям

образовательных программ по предметам.

Организация образовательного процесса в основной школе:

1 70% учебного времени в каждом предмете – учебная деятельность в урочной форме.

2. Не менее 30% учебного материала в каждом предмете - учебные занятия в иных

формах учебной деятельности.

Формы организации вариативной части учебной урочной деятельности: игра, проект, викторина, конференция.

**Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения конкретного учебного предмета**

**Личностными** результатами обучения ОЗОЖ в основной школе являются:

- развитие личностных, в том числе духовно-нравственных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления, потребностей 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.

**Метапредметными** результатами обучения основам здорового образа жизни в основной школе являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

- овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни 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 вовлеченными в экстремистскую и террористическую деятельность.

**Предметными** результатами обучения ОЗОЖ в основной школе являются:

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- понимание роли государства и действующего закона в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

- понимание необходимости обороны государства и подготовки граждан к военной службе;

- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курения и нанесение иного вреда здоровью;

- формирование антиэкстремистской и антиреррористической личностной позиции;

- понимание необходимости сохранении 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;

- умение оказать первую помощь пострадавшим;

- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановк

**Учебно-тематический план ОЗОЖ 6 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тематический блок | Кол-во часов |
| 1 | Этический блок | 6 часов |
| 2 | Психологический блок | 10 часов |
| 3 | Правовой блок | 6 часов |
| 4 | Семьеведческий блок | 6 часов |
| 5 | Медико – гигиенический блок | 6 часов |
|  | **Итого** | **34** |

Учебно-тематическое планирование

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание | Общее кол-во часов  по разделу | кол-во часов по теме | Планируемые результаты | | Форма контроля | Использование ИКТ | Дата | |
| План | факт |
| Освоение предметных знаний  (базовые понятия) | Универсальные учебные действия  (УУД) |
|  | **Этический блок** | **6** |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | Я- подросток. Я и мир. Всё связано со всем. |  | 1 | Я – ребенок; Мир; Я – часть Мира; взаимосвязь элементов природы. | **П.** взаимообусловленность основных понятий темы, сформировать у школьников понимание причастности к процессам происходящим в мире. Навыки безопасного взаимодействия с миром. Представления об основных понятиях темы, характеристика механизма их реализации – свободоспособности как способности к автономному, нонконформистскому существованию, способность самостоятельно строить свою судьбу, отношения с миром, осуществлять собственный индивидуальный выбор.  **Л.** осознавать целостность мира и многообразия взглядов на него, вырабатыватьсобственные мировоззренческие позиции;  — выбирать, как поступить, в т.ч. в неоднозначных ситуациях (моральные проб­лемы), и отвечать за свой выбор.  **Р.** определять цель, проблему в учебной деятельности;  - выдвигать версии;  - планировать учебную деятельность;  - работать по плану, сверяясь с целью;- находить и исправлять ошибки; оценивать степень достижения цел  **К.** *- излагать* своё мнение (в монологе, диалоге), аргументируя его, под­тверждая фактами. | опрос |  | 05.09.15 |  |
| 2 | Взаимосвязь компонентов природы. Индивидуальный образ мира |  | 1 | опрос |  | 12.09.15 |  |
| 3 | Экологический подход к миру |  | 1 | образ мира, потребительский подход к окружающему миру, экологический подход к миру. | наблюдение |  | 19.09.15 |  |
| 4 | Последствия отношения к миру |  | 1 | Наблюдение |  | 26.09.15 |  |
| 5 | Самоценность жизни. Осознанность человеческой жизни |  | 1 | самоценность жизни, осознанность жизни, свободоспособность. | опрос |  | 03.10.15 |  |
| 6 | Мы выбираем свою жизнь. |  | 1 | опрос |  | 10.10.15 |  |
|  | **Психологический блок** | **10** |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 | Способность к самопознанию и уверенность в себе |  | 1 | 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.  Вербальные и невербальные формы поведения.  Уверенность, неуверенность, пути достижения уверенности.  Самоутверждение | П. представления об уверенном, неуверенном и грубом поведении.  Невербальные формы уверенного, неуверенного и грубого поведения.  Зависимость уверенности и неуверенности от других людей, определить что такое чувство собственного достоинства. понятие прав человека, соблюдение которых способствует его уверенности в себе  **Л.** Действия смыслообразования и нравственно-этического оценивания, реализуемые на основе ценностно-смысловой ориентации  **Познавательные..**  -анализировать (в т.ч. выделять главное, делить текст на части) и обобщать, доказывать, делать выводы, определять понятия; строить логически обоснован­ные рассуждения - на простом и сложном уровне;  классифицировать (группировать, устанавливать иерархию) по заданным или самостоятельно выбранным основаниям',  -устанавливать причинно-следственные связи — на простом и сложном уровне;  - представлять информацию в разных формах (рисунок, текст, таблица, план, схема, тезисы)  **К.** -организовывать работу в паре, группе (самостоятельно определять цели, роли, задавать вопросы, вырабатывать | опрос |  | 17.10.15 |  |
| 8 | Вербальное проявление уверенности, неуверенности, грубости |  | 1 | тестирование |  | 24.10.15 |  |
| 9 | Чувство собственного достоинства, ценность взаимодействия между людьми |  | 1 | опрос |  | 14.11.15 |  |
| 10 | Трудности в принятии и выражении критики и похвалы |  | 1 | отработка умений и рефлексии |  | 21.11.15 |  |
| 11 | Особенность и неповторимость каждого. Уважение к себе. |  | 1 | опрос |  | 28.11.15 |  |
| 12 | Вербальные и неварбальные формы выражения наличия и отсутствия собственного достоинства |  | 1 | опрос |  | 05.12.15 |  |
| 13 | Права человека, несправедливость. |  | 1 | опрос |  | 12.12.15 |  |
| 14 | Эммоциональная поддержка, собственное мнение, убеждение. |  | 1 | опрос |  | 19.12.15 |  |
| 15 | Умение высказать просьбу, согласие или отказ |  | 1 | Опрос  практикум |  | 26.12.15 |  |
| 16 | Успешные и неуспешные формы поведения в реализации своих прав |  | 1 | практикум |  | 16.01.16 |  |
|  | **Правовой блок** | **6** |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 | Знакомство со статьями из уголовного кодекса Российской Федерации |  | 1 | «Уголовный кодекс»; принуждения, как действия, к которому могут принудить человека Способы принуждения: угрозы, шантаж, вымогательство, обман, психологическое давление, физическое давление | **П.** Информированность школьников о способах и механизмах принуждения. Правовые знания по основным аспектам данного понятия. Знать статьи УК РФ, касающимися ответственности за принуждение к сексуальным отношениям и употреблению наркотических и психоактивных веществ, а также противоправным действиям. Знание различных видов принуждения. Умения и навыки противостояния в ситуации принуждения. Повысить личностнуюсамоценность и развить навыки уверенного поведения.  **Л.** Знание моральных норм, умения выделять нравственный аспект поведения и соотносить поступки и события с принятыми этическими принципам  **Р.** - выдвигать версии, выбирать средства достижения цели в группе и индивиду­альн  - планировать деятельность в учебной и жизненной ситуации (в т.ч. проект}, используя ИКТ  **К.** -организовывать работу в паре, группе (самостоятельно определять цели, роли, задавать вопросы, вырабатывать решения);  - различать в речи другого мнения, доказательства, факты; гипотезы, аксио­мы, догматы, теории | опрос |  | 23.01.16 |  |
| 18 | Понятие принуждения |  | 1 | опрос |  | 30.01.16 |  |
| 19 | Ответственность за принуждение |  | 1 | Ответственность, принуждение, склонение, преступление, наказание; преступник, жертва, пострадавший, жертва. Защита прав человека,отягчающие вину обстоятельства | развивающий контроль |  | 06.02.16 |  |
| 20 | Способы противостоять принуждению |  | 1 | опрос |  | 13.02.16 |  |
| 21 | Склонение к преступлению |  | 1 | провокация сексуальных посягательств; манипулирование в ситуациях, связанных с приобщением к наркотикам и алкоголю. Необдуманные поступки, безответственность, неосторожность, доверчивость. Личностная самоценность, уверенное поведение. | опрос |  | 20.02.16 |  |
| 22 | Повышение личностнойсамоценности и развитие навыков уверенного поведения. |  | 1 | опрос |  | 27.02.16 |  |
|  | **Семьеведческий блок** | **6** |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 | Семейные реликвии |  | 1 | генеалогическое древо, родословная, семейная реликвия, семейные традиции. | **П.** знание генеалогии своей семьи, формирование теплого отношения к родителям, бабушкам и дедушкам, и семейным реликвиям. Осознание школьниками себя как части своей семьи.  **Л.** ориентация в социальных ролях и межличностных отношениях. Действия смыслообразования и нравственно-этического оценивания  **Р.** - определять цель, проблему в деятельности: учебной и жизненно-практиче­ской (в т.ч. в своих проектах);  **К.** излагать своё мнение (в монологе, диалоге, полилоге), аргументируя его, под­тверждая фактами, выдвигая контраргументы в дискуссии;  - различать в речи другого мнения, доказательства, факты; гипотезы, аксио­мы, догматы, теории | практикум |  | 05.03.16 |  |
| 24 | Семейные традиции |  | 1 | практикум |  | 12.03.16 |  |
| 25 | Понятие семейных реликвий и их воспитательное значение |  | 1 | опрос |  | 19.03.16 |  |
| 26 | Родословная. Принципы формирования родословной |  | 1 |  | опрос |  | 02.04.16 |  |
| 27 | Генеология моей семьи |  | 1 | практикум |  | 09.04.16 |  |
| 28 | На кого я похож? |  | 1 | Дискуссия |  | 16.04.16 |  |
|  | **Медико-гигиенический блок** | **6** |  |  |  |  |  |  |  |
| 29 | Личная гигиена мальчиков и девочек. Средства личной гигиены. |  | 1 | органы и системы органов человека; личная гигиена пассивная и активная; средства личной гигиены; личная чистоплотность в профилактике заболеваний  Новорожденный, человеческая жизнь, эмоциональное благополучие | **П.**правильные представления о процессах, ведущих к зарождению новой жизни и рождению ребенка, процессах происходящих в организме женщины при беременности. Дать представление об основных этапах развития плода, рождения ребенка и периоде новорожденности.  Знание правил здорового образа жизни, соблюдение правил личной гигиены  **Р.** - выдвигать версии, выбирать средства достижения цели в группе и индивиду­ально  **Л.** Знание моральных норм, умения выделять нравственный аспект поведения и соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами  **К.** организовывать работу в паре, группе (самостоятельно определять цели, роли, задавать вопросы, вырабатывать решения);  **Познавательные УУД:**  -анализировать (в т.ч. выделять главное, делить текст на части) и обобщать, доказывать, делать выводы, определять понятия;  классифицировать (группировать, устанавливать иерархию) по заданным или самостоятельно выбранным основаниям',  - представлять информацию в разных формах (рисунок, текст, таблица, план, схема, тезисы). | Опрос. |  | 23.04.16 |  |
| 30 | Таинство появления человеческой жизни |  | 1 | опрос |  | 30.04.16 |  |
| 31 | Процесс рождения ребёнка |  | 1 |  |  |  | 07.05.16 |  |
| 32 | Уход за новорожденным |  | 1 | опрос |  | 14.05.16 |  |
| 33 | Значение физического воспитания и спорта для здоровья |  | 1 | опрос |  | 21.05.16 |  |
| 34 | Достижение эмоционального благополучия. |  | 1 | практикум |  | 28.05.16 |  |
|  | **ИТОГО:** | **34** | **34** |  |  |  |  |  |  |

**4 Содержание тем учебного курса**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Название темы/раздела | Кол-во часов | Основные изучаемые вопросы | Требования к знаниям и умениям обучающихся  (по данной теме) | Форма  контроля |
|  | **Этический блок** | **6** |  |  |  |
| 1 | Я- подросток. Я и мир. Всё связано со всем. | 1 | Философские понятия о мире, жизни, закономерности существования Вселенной. Понятия о заботе, ответственности, любови, красоте, гармонии, счастье, смысл жизни творчестве, свободе, добре и зле, жизни и смерти. | **Знать:**  - о причастности человека к процессам, происходящим в мире;  - о потребительском и экологическом подходах к миру.  **Уметь:**  **-** владеть навыками безопасного взаимодействия с миром;  - делать собственный индивидуальный выбор отношения с миром | **Мини-сочинение** на тему: «Сделать свою жизнь…», «Как я гармонично существую с самим собой и окружающим миром…», «Каким я вижу себя…», «Письмо себе, любимому |
| 2 | Взаимосвязь компонентов природы. Индивидуальный образ мира | 1 |
| 3 | Экологический подход к миру | 1 |
| 4 | Последствия отношения к миру | 1 |
| 5 | Самоценность жизни. Осознанность человеческой жизни | 1 |
| 6 | Мы выбираем свою жизнь. | 1 |
|  | **Психологический блок** | **10** |  |  |  |
| 7 | Способность к самопознанию и уверенность в себе | 1 | 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. | **Знать:**  **-** о чувстве собственного достоинства;  - о правах человека;  - о способах выражения критики и похвалы;  **Уметь:**  - высказывать просьбу, выполнять просьбу или отказывать в просьбе;  - реализовывать успешные формы поведения;  - высказывать своё мнение: критическое и похвалу;  - отстаивать своё мнение | **т/р.** «Придумай знак»  **т/р.** «Надпись на футболке»  **т/р** «Нарисуй радость»  **т/р**«Вылепи скульптуру»  Ролевые игры  **т/р**.«Декларацию о правах шестиклассника»  **т/з**. «Кто я?» |
| 8 | Вербальное проявление уверенности, неуверенности, грубости | 1 |
| 9 | Чувство собственного достоинства, ценность взаимодействия между людьми | 1 |
| 10 | Трудности в принятии и выражении критики и похвалы | 1 |
| 11 | Особенность и неповторимость каждого. Уважение к себе. | 1 |
| 12 | Вербальные и неварбальные формы выражения наличия и отсутствия собственного достоинства | 1 |
| 13 | Права человека, несправедливость. | 1 |
| 14 | Эммоциональная поддержка, собственное мнение, убеждение. | 1 |
| 15 | Умение высказать просьбу, согласие или отказ | 1 |
| 16 | Успешные и неуспешные формы поведения в реализации своих прав | 1 |
|  | **Правовой блок** | **6** |  |  |  |
| 17 | Знакомство со статьями из уголовного кодекса Российской Федерации | 1 | Права и обязанности человека в семье, навыки правового поведения, правильное понимание свободы и необходимости. | **Знать**:  - о преступлениях и способах принуждения;  - об ответственности за преступления разного характера;  - о способах и механизмах противостояния преступлениям и принуждениям;  **Уметь:**  **-** противостоять в ситуациях принуждения. | **с/р.** «Преступление и наказание» **с/р.** Заполнение табл. «Способы принуждения»  **с/р.** «Защита прав человека»  **с/р.**  Сравнит.анализ определений; работа с нормативными документами  Заполнение таблицы  Анализ ситуаций |
| 18 | Понятие принуждения | 1 |
| 19 | Ответственность за принуждение | 1 |
| 20 | Склонение к преступлению | 1 |
| 21 | Способы противостоять принуждению | 1 |
| 22 | Повышение личностнойсамоценности и развитие навыков уверенногоповедения. | 1 |
|  | **Семьеведческий блок** | **6** |  |  |  |
| 23 | Семейные реликвии | 1 | 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. | **Знать:**  **-** о принципах формирования родословной;  -о бережном отношении к семейным традициям и реликвиям, семейным праздникам  У**меть:**  - составлять генеалогическое древо своей семьи;  - сохранять семейные реликвии и традиции. | Проектная работа «Древо жизни».  **тв/р**подготовка и представление рассказа о семейной реликвии  **тв/з**  подготовка творческих  проектов (инд. и гр. работа)  **т/р.** « Праздники моей семьи» |
| 24 | Семейные традиции | 1 |
| 25 | Понятие семейных реликвий и их воспитательное значение | 1 |
| 26 | Родословная. Принципы формирования родословной | 1 |
| 27 | Генеология моей семьи | 1 |
| 28 | На кого я похож? | 1 |
|  | **Медико-гигиенический блок** | **6** |  |  |  |
| 29 | Личная гигиена мальчиков и девочек. Средства личной гигиены. | 1 | Семье; развитие полоролевого поведения, мужественности и женственности семье; развитие полоролевого поведения, мужественности и женственности | **Знать:**  - об иммунитете и закаливании как средстве укрепления иммунитета;  - способы профилактики простудных заболеваний;  - способы профилактики стресса;  - о пользе физических упражнений для формирования опорно-двигательной системы;  **Иметь представления** о процессах зарождения новой жизни и рождении ребёнка  У**меть:**  - анализировать и оценивать свой образ жизни;  - вести профилактику простудных заболеваний и заболеваний опорно-двигательной системы;  - применять в своей жизни способы борьбы со стрессом. | **п/р** «Оценка состояния противоинфекционного иммунитета»  **тв/з.** «Способы борьбы со стрессом»  **с/р.** работа с различнымиисточ. знаний, подготовка сообщений  **с/р.** работа с различнымиисточ. знаний  **с/р**с разич. источ. знаний,  подготовка сообщений, создание памяток и рекомендаций  **с/р.** работа с различнымиисточ. знаний, подготовка сообщений  **с/р.** работа с различнымиисточ. знаний  **с/р**с разич. источ. знаний,  подготовка сообщений,  **т/з.** Составь комплекс профилактических упражнений |
| 30 | Таинство появления человеческой жизни | 1 |  |
| 31 | Процесс рождения ребёнка | 1 |  |
| 32 | Уход за новорожденным | 1 |  |
| 33 | Значение физического воспитания и спорта для здоровья | 1 |  |
| 34 | Достижение эмоционального благополучия. | 1 |  |

**Планируемые результаты изучения учебного предмета:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Выпускник научится:** | ***Выпускник получит возможность научиться:*** |
| **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**  **Основы здорового образа жизни** | |
| • характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования;  • анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;  • классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье; характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи и др.), и их возможные последствия;  • систематизировать знания о репродуктивном здоровье как единой составляющей здоровья личности и общества; формировать личные качества, которыми должны обладать молодые люди, решившие вступить в брак;  • анализировать основные демографические процессы в Российской Федерации; описывать и комментировать основы семейного законодательства в Российской Федерации; объяснить роль семьи в жизни личности и общества, значение семьи для обеспечения демографической безопасности государства. | *• использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих.* |
| **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи** | |
| • характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в быту, и их возможные последствия для здоровья;  • анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно оказана первая помощь;  • характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; соблюдать последовательность действий при оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах, наиболее часто случающихся в быту; определять последовательность оказания первой помощи и различать её средства в конкретных ситуациях;  • анализировать причины массовых поражений в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и систему мер по защите населения в условиях чрезвычайных ситуаций и минимизации массовых поражений; выполнять в паре/втроём приёмы оказания само- и взаимопомощи в зоне массовых поражений. | *• готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах.* |

**Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе**

В результате изучения ОЗОЖ ученик должен:

Знать: понятия о мире, жизни, закономерностях существования Вселенной; понятия забота, ответственность, любовь, красота, гармония, счастье, смысл жизни, творчество, свобода, добро и зло, жизнь и смерть. Понятия о строении и проявлении психики, структуре личности, самоанализе и саморегуляции. Знания о правах и обязанностях человека в семье. Знания о гигиене и профилактике болезней.

Уметь: приводить в гармонию и единство различные стороны своей личности.

Обладать навыками: правового поведения, правильного понимания своей свободы и ее необходимости; навыками эффективного семейного взаимодействия, грамотного и ответственного воспитания детей, реализации здорового образа жизни в семье; навыками ухода за телом, правильного питания, режима труда и отдыха.

**Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса**

**Перечень учебно-методического обеспечения**

1. Михайлина М.Ю., Лысогорская М.В., Павлова М.А. Здоровый образ жизни. Рабочая тетрадь для учащихся 5-6-х классов.

**Список литературы**

1. Алмазов Б.Н. Профилактика конфликтов в работе с педагогически запущенными учащимися. Учебно-метод. пособие, ВНМУ, 1991

2. Анастази А. Психологическое тестирование.- М: Москов. ун-т, 1982

3. Асмолов А.Г. Психология личности. – М.: Просвещение, 1990

3. Афанасьева Т.М. Семья. – М.: Просвещение, 1988

4. Баландин Р.К., Бондарев Л.Г. Природа и цивилизация. – М.: Мысль, 1988

5. Василюк Ф.Е. Психология переживания, - М., 1984

6. Воспитание детей в школе. Новые подходы и технологии. Под ред. Н.Е. Щурковой. – М., 1998

7. Грановская Р.М. Элементы практической психологии. – М., 1988

8. Гребенщиков И.В. Семья: воспитательные возможности. – М., 1985

9. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. – М., 199

10. Дольник В. Непослушное дитя биосферы. –М.: Педагогика-пресс, 199