



Пояснительная записка

Рабочая программа по ОЗОЖ для 6 класса составлена на основе Программы для общеобразовательных учреждений по ОЗОЖ для 5-9 классов (составители: М.В. Лысогорская, М.М. Орлова, М.А. Павлова, Т.В. Парсикова, М.А. Тяпкина, под редакцией Н.П. Смирнова), рекомендованной Министерством образования и Министерством здравоохранения Саратовской области.

Данный учебный курс актуален в настоящее время, так как у школьников наблюдается ухудшение физического и психического здоровья, растет число соматических заболеваний, нервные нагрузки приводят к обострению психических болезней. Привычными ощущениями современного человека становится потеря смысла жизни, неуверенность, беспомощность. Особенно опасно, если становление личности у подрастающего поколения происходит при деформации структуры семьи, высокого риска безработицы, неэффективности функционирования государственных структур общества, избытка информации, ухудшения состояния окружающей среды, разобщенности людей, разрушения культурных ценностей.

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

Задачи курса:

Образовательные:

- формирование у школьников знаний о взаимосвязи компонентов природы;
- формирование у учащихся системы интеллектуальных практических умений по изучению, оценке и улучшению состояния своего физического и психического здоровья;
- способствовать формированию у школьников предметных умений и навыков: умения работать с различными источниками знаний, наблюдать и описывать природные и социальные объекты и явления, сравнивать их, вести наблюдения в природе и за жизнедеятельностью человека;
- создать условия для формирования у учащихся компетентностей: здоровьесберегающей, познавательной деятельности, ценностно-смысловой ориентации в мире, гражданской.

Развивающие:

- создать условия для развития у школьников интеллектуальной, эмоциональной, мотивационной и волевой сферы;
- развивать у учащихся все виды памяти, внимания, мышления, воображения, эстетических эмоций, положительного отношения к учёбе, умения ставить цели через учебный материал каждого урока, использование на уроках ТСО, художественных произведений, стихов, загадок, определение значимости любого урока для каждого ученика;
- развитие волевой сферы – убеждения в возможности решения психологических, правовых, семейных, медицинских проблем, стремления к распространению знаний о здоровом образе жизни и личному участию в практических делах по сохранению жизни своей и окружающих.

Воспитательные:

- воспитывать потребности (мотивов, побуждений) поведения и деятельности, направленных на сохранение своего здоровья, ответственного отношения к окружающей среде, как фактору здоровья, бережного отношения к учебному оборудованию (компетентность деятельности), умение работать в коллективе на уроках, в процессе выполнения творческих и работ, планирования и реализации ученических исследований и проектов (компетентность социального взаимодействия).

Рабочая программа предусматривает обучение в объеме: всего 35 часов , 1 час в неделю

Занятия проводятся в форме лекций, семинаров, бесед, дискуссий. Раздел программы изучаемый в 6 классе называется: «Жизненный путь личности».

Используемый учебно-методический комплект:

1. Основы здорового образа жизни: Программа для средних классов общеобразовательных учреждений и методические рекомендации для учителя. /О.П. Аккузина, Ю.И. Буланый, Т.В. Кобзева и др. – Саратов: Слово, 2001. – 98 с.

2. Здоровый образ жизни. Рабочая тетрадь для учащихся 5-6-х классов./ М.Ю. Михалина, М.В. Лысогорская, М.А. Павлова. – Саратов: Добродей, 2009. – 64 с.

Содержание курса ОЗОЖ «Жизненный путь личности», 6 класс.

Этический блок.

Основные философские понятия о человеке как части мира, закономерностях существования природных оболочек и человека. Формирует такие понятия как потребительский и экологический подход к миру, самооценку жизни, свобода выбора.

Психологический блок.

Понятия о строении и проявлении психики, структуре личности, самоанализе и саморегуляции. Формирует и развивает умения уверенного поведения. Предлагаются темы и тренинговые упражнения, направленные на развитие личности, интеллектуальной и эмоциональной сфер, чувства собственного достоинства.

Правовой блок.

Обеспечивает ознакомление учащихся со статьями Уголовного кодекса РФ, формирует навыки правого уверенного поведения, повышения личностной самооценки, способами противостояния принуждению.

Семьеведческий блок.

Дает комплексные знания о ценностях семьи. Формирует потребность в семье; развивает навыки эффективного семейного взаимодействия, грамотного и ответственного отношения к сохранению семейных традиций.

Медико-гигиенический блок.

Дает основные знания о гигиене и профилактике болезней; закладывает основы знаний о процессе рождения ребёнка; развивает навыки борьбы со стрессом. Особое внимание уделяется формированию условий эмоционального благополучия

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ОЗОЖ.
6 КЛАСС.**

№ п/п	Содержание. Тема урока.	Кол во ч	ИКТ	Домашнее задание.	Дата План	Факт
1	2	3	4	5	6	7
1	<u>Медико-гигиенический блок.</u> Личная гигиена мальчиков и девочек.	6	Видеоматериал.	Адресные задания.		
2	Рождение ребенка. Уход за ребенком.		Экранная лекция.	Адресные задания.		
3	Значение физического воспитания и спорта для здоровья.		Видеоматериал.	Адресные задания.		
4	Закаливание и его методы.			Адресные задания.		
5	Профилактика нарушений осанки и искривлений позвоночника.		Презентация.	Адресные задания.		
6	Обобщающий урок по теме					

7	<u>Психологический блок.</u> Уверенное, неуверенное и грубое поведение	9				
8	Вербальное проявление уверенности, неуверенности, грубости		Видеоматериал.	Адресные задания.		
9	Чувство собственного достоинства			Адресные задания.		
10	Ценность взаимодействия между людьми.			Адресные задания.		
11	Трудности в принятии и выражении критики и похвалы.			Адресные задания.		
12	Вербальные и невербальные формы выражения наличия и отсутствия собственного достоинства.		Видеоматериал.	Адресные задания.		

13	Понятие об обратной связи.			Адресные задания.		
14	Права человека.		Презентация.			
15	Обобщающий урок по теме					
16	<u>Правовой блок.</u> Знакомство со статьями Уголовного кодекса РФ.	6	Экранная лекция.	Адресные задания.		

17	Понятие принуждения.			Адресные задания.		
18	Ответственность за принуждение			Адресные задания.		
19	Склонение к преступлению.			Адресные задания.		
20	Способы противостояния принуждения.		Видеоматериал.	Адресные задания.		

21	Обобщающий урок по теме.					
22	<u>Семьеведческий блок.</u> Семейные реликвии.	6		Адресные задания.		
23	Практическая работа «Моя родословная».		Презентация.	Адресные задания.		
24	Праздники. Понятие, определение. Виды праздников.		Видеоматериал.	Адресные задания.		
25	Семейные традиции.			Адресные задания.		
26	Семейные реликвии.			Адресные задания.		
27	Обобщающий урок по теме.					
28	<u>Этический блок.</u> Мир. Я – подросток. Я и мир.	8				

29 - 30	Экологический подход к миру.		Презентация.	Адресные задания.		
31	Последствия различного					

	отношения к миру.					
32	Осознанность человеческой жизни.			Адресные задания.		
33	Мы выбираем свою жизнь.		Экранная лекция.	Адресные задания.		
34	Обобщающий урок по теме.					
35	Обобщение знаний по всему курсу.					

Требования к уровню подготовки учащихся 6 класса по курсу “Основы здорового образа жизни”.

- 1.Получение знаний и навыков для создания семейных отношений и воспитания детей;
- 2.Получение и применение навыков гигиены и профилактики заболеваний;
- 3.Применение правил ухода за ребенком и больными;
- 4.Формирование потребности в здоровом образе жизни;
- 5.Знать значение физического воспитания и спорта для здоровья.
- 6.Воспитание в себе чувств собственного достоинства, понятий критики и похвалы
- 7.Умение составлять генеалогическое дерево своей семьи.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Абрамян Е.В. Искусство здоровья.- М : Инноватор., 2001г
 2. Антропова М.В. Гигиена детей и подростков.- М.Медицина, 2001г
 3. Безруких М.А. Здоровьесберегающие технологии в образовательных учреждениях.- И.: Инноватор, 2004г.
 4. Гришина Н.В. Психология конфликта.-Санкт-Петербург,2000г.
 5. Лубышева Л.И. Концепция физкультурного воспитания.-Красноярск: Здоровье,1992г.
- Ротенберг В.С., Бондаренко С.М. Мозг, Обучение.Здоровье.- М.: Просвещение,1969г.