

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1 Г. АРКАДАКА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ.

«Согласовано»
Заместитель директора по УВР
МБОУ – СОШ №1 г. Аркадака
_____/Княжева И.В./
«31» августа 2021 г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ – СОШ №1 г. Аркадака
_____/Марченко Н.С./
приказ № 330 от
«31» августа 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по основам здорового образа жизни
2 «А» класса
на 2021-2022 учебный год

Учитель: Стеблецкая Тамара Владимировна
I квалификационной категории

«Рассмотрено»
на заседании педагогического совета
протокол № 1 от
«31» августа 2021 г.

«Рассмотрено»
Руководитель МО
_____/Быкова Л.Ю./
протокол № 1 от
«31» августа 2021 г.

г. Аркадак
2021 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по ОЗОЖ для 2 «А» общеобразовательного класса составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ);
- Федеральный Закон от 01.12.2007 г. № 309 (ред. от 23.07.2013 г.) «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части изменения и структуры Государственного образовательного стандарта»;
- Федеральный Государственный образовательный стандарта начального общего образования, основного общего образования, приказ Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015г 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального образования», приказом Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015г . 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования».
- Приказ Минобрнауки России от «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования на 2021-2022 учебный год»;
- Уставом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №1 г. Аркадака;
- Примерная программа по предмету ОЗОЖ составлена на основе региональной программы «Основы здорового образа жизни», на основе авторской программы М.А.Павловой.

Перечень учебно-методического обеспечения:

Павлова М.А., Серякина А.В., Гусева Е.В. Красота спасёт мир: рабочая тетрадь для учащихся 2 классов. (серия Основы здорового образа жизни). – Саратов: КИЦ Саратовтелефильм Добродетя 2020.- 48 с.

Федеральный учебный план отводит 34 часа для образовательного изучения предмета «Основы здорового образа жизни» во 2 «А» общеобразовательном классе из расчёта 1 часа в неделю.

В соответствии с этим изучение программного материала «Основы здорового образа жизни» реализуется в объеме 34 часов.

Цели и задачи программы:

Цель 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.

Задачи:

1. Формирование личности способной реализовать себя в современном мире максимально эффективно и безопасно.
2. Формирование личности творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками саморегуляции.
3. формирование навыков безопасного поведения, эффективного взаимодействия с людьми.
4. Формирование потребности в здоровом образе жизни, навыков гигиены и профилактики заболеваний, уход за больными.
5. Формирование навыков рационального питания, закаливания и других способов самосовершенствования собственного здоровья.

**Содержание учебного предмета «Основы здорового образа жизни»
2-й класс 34 ч (1 час в неделю)**

№ п/п	Наименование раздела/темы	Количество часов	Содержание	Форма занятий	Планируемые результаты обучения
1.	Этический блок	5 часов	Природа и человек. Красота мира. Красота жизни. Красота – внешняя и внутренняя. Красота природы. Красота, созданная руками человека. Красота души. Красота человеческих отношений. Как сберечь красоту. Бережное отношение к окружающему миру. Вандализм. Созидание и разрушение. Я – часть природы. Взаимосвязь всего живого.	Групповая работа фронтальная	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентация на выполнение основных правил безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах; - понимание необходимости выполнения правил личной гигиены для сохранения здоровья; - понимание необходимости бережного отношения к природе; - понимание значения изучения курса «Основы здорового образа жизни»; - понимание необходимости заботливого и уважительного отношения к членам семьи; - понимание своей сопричастности к жизни страны; - понимание красоты окружающего мира. <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различие полезных и вредных привычек; - ухаживание за больным человеком; - выполнение правил поведения в общественных местах, правил здорового образа жизни; - приведение примеров здоровой пищи; - рассказывать о значимости и осмысленности человеческой жизни; - приводить примеры взаимосвязи жизни

					<p>природы и человека.</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение элементарных правил личной гигиены, пользование предметами личной гигиены. <p>Метапредметные:</p> <p>Регулятивные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществление контроля за усвоением учебного материала при выполнении заданий рабочей тетради; - исправление своих ошибок и ошибок одноклассников; <p>Познавательные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимание информации, представленных в виде текста, рисунков, схем; - отличие эмоций, правил этикета, правил здорового образа жизни; - установление тесной взаимосвязи правильного поведения и здоровья; <p>Коммуникативные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществление поиска информации при выполнении заданий и подготовке проектов; - сотрудничество в поиске и сборе информации при выполнении совместно выбранного проекта.
2.	Психологический блок	6 часов	Влияние эмоций на поведение человека. Словесный язык чувств. Как я могу владеть своим телом. Игры на развитие пантомимики. Знакомство с навыками саморегуляции. Развитие навыков общения. поговорим: как слушать собеседника и вести себя во	Групповая работа фронтальная	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентация на выполнение основных правил безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах; - понимание необходимости выполнения правил личной гигиены для сохранения здоровья; - понимание необходимости бережного отношения к природе;

			<p>время разговора. Напиши мне письмо: знакомство с письменным общением. Играем вместе – обучение совместной деятельности мальчиков и девочек. Дружба мальчиков и девочек: культура общения полов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - понимание значения изучения курса «Основы здорового образа жизни»; - понимание необходимости заботливого и уважительного отношения к членам семьи; - понимание своей сопричастности к жизни страны; - понимание красоты окружающего мира. <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различие полезных и вредных привычек; - ухаживание за больным человеком; - выполнение правил поведения в общественных местах, правил здорового образа жизни; - приведение примеров здоровой пищи; - рассказывать о значимости и осмысленности человеческой жизни; - приводить примеры взаимосвязи жизни природы и человека. - выполнение элементарных правил личной гигиены, пользование предметами личной гигиены. <p>Метапредметные:</p> <p><u>Регулятивные УУД:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществление контроля за усвоением учебного материала при выполнении заданий рабочей тетради; - исправление своих ошибок и ошибок одноклассников; <p><u>Познавательные УУД:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - понимание информации, представленных в виде текста, рисунков, схем; - отличие эмоций, правил этикета, правил здорового образа жизни; - установление тесной взаимосвязи
--	--	--	--	---

					<p>правильного поведения и здоровья;</p> <p>Коммуникативные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществление поиска информации при выполнении заданий и подготовке проектов; - сотрудничество в поиске и сборе информации при выполнении совместно выбранного проекта.
3	Правовой блок	5 часов	<p>Культура поведения. Этика. Этикет. Уважение к старшим. Забота о младших. Правила поведения и красота. Правила поведения и здоровье. Здоровый образ жизни. Санитарно-гигиенические нормы. Аккуратность и опрятность. Вредные привычки. Правила поведения в общественных местах (в школе, в театре, на улице, в транспорте).</p>	<p>Групповая, парная, индивидуальная работа</p>	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентация на выполнение основных правил безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах; - понимание необходимости выполнения правил личной гигиены для сохранения здоровья; - понимание необходимости бережного отношения к природе; - понимание значения изучения курса «Основы здорового образа жизни»; - понимание необходимости заботливого и уважительного отношения к членам семьи; - понимание своей сопричастности к жизни страны; - понимание красоты окружающего мира. <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различие полезных и вредных привычек; - ухаживание за больным человеком; - выполнение правил поведения в общественных местах, правил здорового образа жизни; - приведение примеров здоровой пищи; - рассказывать о значимости и осмысленности человеческой жизни; - приводить примеры взаимосвязи жизни

					<p>природы и человека.</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение элементарных правил личной гигиены, пользование предметами личной гигиены. <p>Метапредметные:</p> <p>Регулятивные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществление контроля за усвоением учебного материала при выполнении заданий рабочей тетради; - исправление своих ошибок и ошибок одноклассников; <p>Познавательные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимание информации, представленных в виде текста, рисунков, схем; - отличие эмоций, правил этикета, правил здорового образа жизни; - установление тесной взаимосвязи правильного поведения и здоровья; <p>Коммуникативные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществление поиска информации при выполнении заданий и подготовке проектов; - сотрудничество в поиске и сборе информации при выполнении совместно выбранного проекта.
4	Семьеведческий блок	4 часа	Дом, где ты живешь. Чистота – залог здоровья! Гигиена тела и жилища. «Мужские» и «женские» обязанности.	Групповая, парная, работа	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентация на выполнение основных правил безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах; - понимание необходимости выполнения правил личной гигиены для сохранения здоровья; - понимание необходимости бережного отношения к природе;

				<ul style="list-style-type: none"> - понимание значения изучения курса «Основы здорового образа жизни»; - понимание необходимости заботливого и уважительного отношения к членам семьи; - понимание своей причастности к жизни страны; - понимание красоты окружающего мира. <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различие полезных и вредных привычек; - ухаживание за больным человеком; - выполнение правил поведения в общественных местах, правил здорового образа жизни; - приведение примеров здоровой пищи; - рассказывать о значимости и осмысленности человеческой жизни; - приводить примеры взаимосвязи жизни природы и человека. - выполнение элементарных правил личной гигиены, пользование предметами личной гигиены. <p>Метапредметные:</p> <p><u>Регулятивные УУД:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществление контроля за усвоением учебного материала при выполнении заданий рабочей тетради; - исправление своих ошибок и ошибок одноклассников; <p><u>Познавательные УУД:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - понимание информации, представленных в виде текста, рисунков, схем; - отличие эмоций, правил этикета, правил здорового образа жизни; - установление тесной взаимосвязи
--	--	--	--	---

					<p>правильного поведения и здоровья;</p> <p>Коммуникативные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществление поиска информации при выполнении заданий и подготовке проектов; - сотрудничество в поиске и сборе информации при выполнении совместно выбранного проекта.
5	Медицинский блок.	14 часов	<p>Из чего мы сделаны. В здоровом теле – здоровый дух. Как легче болеть и быстро выздоравливать? Режим дня. Закаливание. Дыхание, осанка и движение – ритмы суть жизни. Спорт – залог здоровья! Советы наоборот: «Что нужно сделать, для того, чтобы заболеть? Профилактика детского травматизма. Первая помощь при несчастных случаях. Как мы познаем окружающий мир. Роль органов чувств в познании окружающего мира. Питание и здоровье. Что такое здоровая пища и как ее приготовить. Как усваивается пища, т.е. придает нам силу. Значение витаминов и минеральных веществ в питании человека. Творчество и здоровье. Значение развития</p>	<p>Групповая работа фронтальная, парная, коллективная, индивидуальная работа.</p>	<p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ориентация на выполнение основных правил безопасного поведения в школе, дома, на улице, в общественных местах; - понимание необходимости выполнения правил личной гигиены для сохранения здоровья; - понимание необходимости бережного отношения к природе; - понимание значения изучения курса «Основы здорового образа жизни»; - понимание необходимости заботливого и уважительного отношения к членам семьи; - понимание своей сопричастности к жизни страны; - понимание красоты окружающего мира. <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - различие полезных и вредных привычек; - ухаживание за больным человеком; - выполнение правил поведения в общественных местах, правил здорового образа жизни; - приведение примеров здоровой пищи; - рассказывать о значимости и осмысленности человеческой жизни; - приводить примеры взаимосвязи жизни

				<p>природы и человека.</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнение элементарных правил личной гигиены, пользование предметами личной гигиены. <p>Метапредметные:</p> <p><u>Регулятивные УУД:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществление контроля за усвоением учебного материала при выполнении заданий рабочей тетради; - исправление своих ошибок и ошибок одноклассников; <p><u>Познавательные УУД:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - понимание информации, представленных в виде текста, рисунков, схем; - отличие эмоций, правил этикета, правил здорового образа жизни; - установление тесной взаимосвязи правильного поведения и здоровья; <p><u>Коммуникативные УУД:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществление поиска информации при выполнении заданий и подготовке проектов; - сотрудничество в поиске и сборе информации при выполнении совместно выбранного проекта.
	Итого:	34 часа		

Тематический план курса

2 класс

№	Основные разделы	кол-во часов	кол-во контрольных работ
1	Этический блок	5	0
2	Психологический блок	6	0
3	Правовой блок	5	0
4	Семьеведческий блок	4	0
5	Медико – гигиенический	14	0
Итого:		34	0
1 четверть		9	0
2 четверть		8	0
3 четверть		9	0
4 четверть		8	0

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата план	Дата факт
	Этический блок	5 часов		
1	Знакомство с предметом ОЗОЖ. Что значит здоровый образ жизни? Если хочешь быть здоров.	1		
2	Зачем я на этой земле.	1		
3	Я часть природы	1		
4	Красота окружающего мира.	1		
5	Красота души. Красота человеческих отношений. Как сберечь красоту	1		
	Психологический блок	6 часов		
6	Развитие познавательной сферы	1		
7	Развитие эмоциональной сферы	1		
8	Как я могу владеть своим телом. Игры на развитие пантомимики. Знакомство с навыками саморегуляции.	1		
9	Развитие навыков общения	1		
10	Знакомство с письменным общением	1		
11	Дружба мальчиков и девочек: культура общения полов.	1		
	Правовой блок	5 часов		
12	Культура поведения. Этика. Этикет.	1		
13	Культура поведения. Этика. Этикет.	1		
14	Правила поведения и красота. Правила поведения и здоровье.	1		

15	Здоровый образ жизни. Санитарно-гигиенические нормы.	1		
16	Аккуратность и опрятность.	1		
	Семьеведческий блок	4 часа		
17	Чистота в доме и в школе	1		
18	Чистота в доме и в школе	1		
19	Как делают уборку дома и в школе.	1		
20	«Мужские» и «женские» обязанности.	1		
	Медико – гигиенический	14 часов		
21	Мой организм - целая планета. Путешествие по этой планете и знакомство с её жителями, устройством и функционированием.	1		
22	Я хозяин своего здоровья.	1		
23	Дыхание, осанка и движение - суть жизни	1		
24	Советы наоборот: «Что нужно сделать для того, чтобы заболеть?» Что надо есть, если хочешь стать сильнее.	1		
25	«Как легче болеть и быстро выздоравливать?»	1		
26	«Как легче болеть и быстро выздоравливать?»	1		
27	Профилактика детского травматизма.	1		
28	Профилактика детского травматизма.	1		
29	Творчество и здоровье.	1		
30	Нехотяй (не хочу, не могу, не буду)	1		
31	Неунывайки (хочу знать, узнаю, могу и смею). На вкус и цвет товарищей нет.	1		
32	Питание и здоровье.	1		
33	Питание и здоровье.	1		
34	Повторение. Мой организм.	1		

Лист корректировки программы

№	Тема урока	Сроки		Причина	Подпись зам директора УВР	по
		план	факт			

Учебно – методическое обеспечение

Методические пособия:

1. В.И. Ковалько. Здоровьесберегающие технологии. 1-4 классы. Москва «ВАКО» 2019 г
2. С. Шмаков От игры к самовоспитанию: сборник игр-коррекций. Издательство «Новая школа» 2017 г
3. С.А. Шмаков Игры-шутки, игры-минутки. Издательство «Новая школа» 2017 г
4. Красота спасёт мир: рабочая тетрадь для учащихся 2 классов. (серия Основы здорового образа жизни). – Саратов: КИЦ Саратовтелефильм Добродея 2020.- 48 с.

Учебные пособия:

1. Рабочая тетрадь для 2 класса «Красота спасет мир», авторы – М.А.Павлова, А.В.Серякина ,Саратов «Добродея», 2020
2. Павлова М.А., Серякина А.В., Гусева Е.В. Красота спасёт мир: рабочая тетрадь для учащихся 2 классов. (серия Основы здорового образа жизни). – Саратов: КИЦ Саратовтелефильм, «Добродея» 2020.- 48 с.