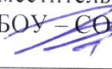


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1 Г. АРКАДАКА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ


«Согласовано»
Заместитель директора по УВР
МБОУ – СОШ № 1 г. Аркадака
 /И.В.Княжева/
«_31_» августа 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по основам здорового образа жизни
для 7-х классов
на 2021-2022 учебный год

Учитель: Морозова Татьяна Михайловна

«Рассмотрено»
на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от
«_31_» августа 2021 г.

«Рассмотрено»
Руководитель МО  /И.А.Незнамова/
Протокол № 1 от
«_31_» августа 2021 г.

2021 - 2022 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по основам здорового образа жизни для 7-ых общеобразовательных классов 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;
- Региональная программа «Основы здорового образа жизни»: для средних классов общеобразовательных учреждений. Составители: О.П.Аккузина, Ю.И.Буланый, Т.В.Кобзева и др. Под редакцией Н.П.Смирновой, Ю.И.Буланого, М.М.Орловой. Изд. 2-е, доп. и перераб. Саратов: Слово, 2015.

Программа разработана на основе ; региональной программы «Основы здорового образа жизни»: для средних классов общеобразовательных учреждений. Составители: О.П.Аккузина, Ю.И.Буланый, Т.В.Кобзева и др. Под редакцией Н.П.Смирновой, Ю.И.Буланого, М.М.Орловой. Изд. 2-е, доп. и перераб. Саратов: Слово, 2015.

УМК

1. Здоровый образ жизни. Учебное пособие для учащихся 7-х классов. / Сост. Михайлина М.Ю., Лысогорская М.В., Павлова М.А. Саратов, 2018.

Федеральный учебный план отводит 35 часов для образовательного изучение ОЗОЖ в 7 классе из расчёта 1 час в неделю.

В соответствии с этим реализуется ОЗОЖ в объеме 35 часов.

Цели 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 программы: получение учениками знаний и навыков, необходимых для создания семейных отношений и воспитания детей, формирование потребности в здоровом образе жизни, навыков гигиены и профилактики заболеваний, ухода за больными, рационального питания и других способов самосовершенствования.

Содержание учебного предмета

№ п/п	Наименование раздела/темы	Количество во часов	Содержание	Форма занятий	Планируемые результаты обучения
1	Этический блок	6 ч	Нравственные законы развития общества. Последствия наших поступков для жизни общества. Нравственные категории. Понятие Добра и Зла. Моральные нормы и критерии поведения.	Практикум, ролевая игра, диспут, дискуссия	<p><i>Личностные:</i> Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития общественной практики.</p> <p><i>Предметные:</i> Формирование знаний о нравственности и морали; объяснять понятия «этика», «этикет», «честь», «совесть», «порядочность», «добро», «зло»</p> <p><i>Метапредметные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>Регулятивные:</i> - самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему, определять цель учебной деятельности, выбирать тему проекта. – <i>Познавательные:</i> - анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений. – <i>Коммуникативные:</i> - самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.).
2	Психологический блок	8 ч	Способности человека. Способности комбинирования. Образное обобщение. Способность создания образов принципиально новых предметов. Навыки коллективного творчества Способность создания образов принципиально новых предметов Обида. Конструированное реагирование в ситуации обиды. Навыки регулирования эмоционального состояния.	Практикум, ролевая игра, диспут, дискуссия	<p><i>Личностные:</i> Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития общественной практики.</p> <p><i>Предметные:</i> Объяснять значение способностей человека; описывать индивидуальные особенности человека; анализировать навыки коллективного творчества; описывать способы регулирования психологических ситуаций.</p> <p><i>Метапредметные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – <i>Регулятивные:</i> - самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему, определять цель учебной деятельности, выбирать тему проекта. – <i>Познавательные:</i> - анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать

					<p>факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.</p> <p>– <i>Коммуникативные:</i></p> <p>- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.).</p>
3	Правовой блок	6 ч	<p>Понятие преступления. Преступление против морали. Возраст наступления уголовной ответственности Уголовный кодекс РФ. Преступления против семьи и несовершеннолетних.</p>	<p>Практикум, ролевая игра, диспут, дискуссия</p>	<p><i>Личностные:</i></p> <p>Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития общественной практики.</p> <p><i>Предметные:</i></p> <p>Описывать типы преступлений; объяснять способы регулирования критических ситуаций; формировать умение сказать «Нет» в критической ситуации; различать виды преступлений.</p> <p><i>Метапредметные:</i></p> <p>– <i>Регулятивные:</i></p> <p>- самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему, определять цель учебной деятельности, выбирать тему проекта.</p> <p>– <i>Познавательные:</i></p> <p>- анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.</p> <p>– <i>Коммуникативные:</i></p> <p>- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.).</p>
4	Семьеведческий блок	6 ч	<p>Различия мужчин и женщины. Мужские и женские особенности. Современные отношения мужчин и женщин. Знакомство. Инициатива при знакомстве.</p>	<p>Практикум, ролевая игра, диспут, дискуссия</p>	<p><i>Личностные:</i></p> <p>Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития общественной практики.</p> <p><i>Предметные:</i></p> <p>Объяснять отличия мужчин и женщин: физиологические, психологические, социальные; определять понятия мужественности и женственности в разные эпохи; анализировать виды и формы знакомств.</p> <p><i>Метапредметные:</i></p> <p>– <i>Регулятивные:</i></p> <p>- самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему, определять цель</p>

					<p>учебной деятельности, выбирать тему проекта.</p> <p>– <i>Познавательные:</i></p> <p>- анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.</p> <p>– <i>Коммуникативные:</i></p> <p>- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.).</p>
5	Медико-гигиенический блок	9 ч	<p>Здоровье - нравственная категория.</p> <p>Воздействие стресса на организм.</p> <p>Система «ЗОЖ».</p> <p>Возрастные особенности режима дня.</p> <p>Гигиена питания и сна подростка.</p> <p>Гигиенические аспекты работы на компьютере.</p> <p>Современные методы снятия утомления при работе на компьютере</p>	<p>Практикум, ролевая игра, диспут, дискуссия</p>	<p><i>Личностные:</i></p> <p>Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития общественной практики.</p> <p><i>Предметные:</i></p> <p>Объяснять значение здорового образа жизни для современного человека; соблюдать гигиену сна, одежды, обуви; анализировать особенности питания, режима дня, труда и отдыха подростка.</p> <p><i>Метапредметные:</i></p> <p>– <i>Регулятивные:</i></p> <p>- самостоятельно обнаруживать и формулировать учебную проблему, определять цель учебной деятельности, выбирать тему проекта.</p> <p>– <i>Познавательные:</i></p> <p>- анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.</p> <p>– <i>Коммуникативные:</i></p> <p>- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.).</p>

Тематический план курса ОЗОЖ

7 класс

№ п/п	Основные разделы	Количество часов	Кол-во контрольных работ
1.	Этический блок	6 ч	0
2.	Психологический блок	8 ч	0
3.	Правовой блок	6 ч	0
4.	Семьеведческий блок	6 ч	0
5.	Медико-гигиенический блок	9 ч	0
Итого:		35 ч	0
1 четверть			
2 четверть			
3 четверть			
4 четверть			

Календарно-тематическое планирование

№	Тема урока	Количество часов	Дата план	Дата факт
Этический блок 6 ч				
1.	Нравственные законы развития общества	1		
2.	Нравственность. Мораль. Ценностный базис общества.	1		
3.	Культура межличностных отношений. Этика. Этикет.	1		
4.	Нравственные категории. Понятия чести, совести, порядочности, добра, зла.	1		
5.	Моральные нормы и критерии поведения.	1		
6.	Последствия наших поступков для жизни общества.	1		
Психологический блок. 8 ч				
7.	Способности человека. Развитие собственных способностей в рамках самовоспитания.	1		
8.	Способность комбинирования. Способность выделять характерное и существенное в предмете.	1		
9.	Способность выделять индивидуальные особенности других людей и учитывать их при построении собственных действий.	1		
10.	Ассоциативный фундамент воображения. Способность создавать образные обобщения.	1		
11.	Навыки коллективного творчества.	1		
12.	Способность создания образов принципиально новых предметов.	1		
13.	Самосознание, самопринятие, конструктивное реагирование на ситуацию обиды.	1		
14.	Преднамеренное и непреднамеренное нанесение обиды, переживание обиды, выражение обиды и досада»	1		
Правовой блок. 6 ч				
15.	Преступления против морали.	1		
16.	Возраст наступления уголовной ответственности.	1		
17.	Понятие преступления.	1		
18.	Преступления против семьи и несовершеннолетних.	1		
19.	Воровство, бродяжничество, распространение наркотиков.	1		
20.	Умение сказать «нет» в критической ситуации.	1		
Семьеведческий блок. 6 ч				
21.	Женские и мужские особенности: мужественность и женственность.	1		
22.	Различия мужчин и женщин: физиологические, психологические, социальные.	1		
23.	Понятие мужественности в различные исторические эпохи.	1		
24.	Современные отношения мужчин и женщин.	1		
25.	Знакомство. Виды и формы знакомств.	1		
26.	Взаимоотношения юношей и девушек.	1		
Медико-гигиенический блок. 9 ч				
27.	Здоровье - нравственная категория	1		
28.	Болезни, как безответственность и невежество.	1		
29.	Воздействие стресса на организм. Создание установки на благополучие.	1		
30.	Обзор различных систем «Здорового образа жизни»	1		
31.	Возрастные особенности режима дня, труда и отдыха, питания подростка.	1		
32.	Гигиена сна. Гигиена одежды и обуви.	1		
33.	Детская косметика.	1		
34.	Уход за кожей.	1		
35.	Гигиенические аспекты работы на компьютере.	1		

Лист корректировки рабочей программы

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

Учебно-методическое обеспечение

Методические пособия

1. Здоровый образ жизни. Учебное пособие для учащихся 7-х классов. / Сост. Михайлина М.Ю., Лысогорская М.В., Павлова М.А. Саратов, 2018.
2. О.П. Аккузина, Ю.И. Буланный, Т.В. Кобзева, И.Н. Луцевич, М.В. Лысогорская, М.М. Орлова, М.А. Павлова, Т.В. Парсикова, М.А. Тяпкина, Л.Е. Федкулина. Методические рекомендации к программе «Основы здорового образа жизни»
3. Семейный кодекс РФ
4. Декларация прав ребёнка
5. Конвенция о правах ребёнка
6. Конституция РФ
7. Уголовный кодекс РФ

Медиа-ресурсы

1. 1С:Школа. ОЗОЖ. 5-9 класс.