

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/

«29» августа 2014 г.

«Утверждаю»

Директор МБОУ – СОШ № 1
г. Аркадака

_____/Н.С. Марченко/

Приказ № 289

«29» августа 2014 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА

Кузнецовой Татьяны Владимировны,

учителя биологии,

I квалификационной категории

МБОУ-СОШ №1 г. Аркадака

по основам здорового образа жизни

для 7-ого общеобразовательного класса

«Рассмотрено»

на заседании педагогического совета
протокол № 1 от

«29» августа 2014 г.

«Рассмотрено»

на заседании ШМО

председатель _____/О.И.Еланская/
протокол № 1 от

«29» августа 2014 г.

2014 - 2015 учебный год

Учебно-тематическое планирование по основам здорового образа жизни

Класс: 7

Учитель: Кузнецова Татьяна Владимировна

Количество часов:

Всего: 35 часов; в неделю: 1 час.

Плановых контрольных работ: _____

Административных контрольных уроков:

Планирование составлено на основе Федерального компонента Государственного стандарта основного общего образования и 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, 2010.

Учебное пособие:

1. Здоровый образ жизни. Учебное пособие для учащихся 7-х классов. / Сост. Михайлина М.Ю., Лысогорская М.В., Павлова М.А. Саратов, 2010.

Дополнительная литература:

1. Вообрази себе: поиграем – помечтаем. М.: Центр «Эйдос», 2009.
2. Воспитание детей в школе. Новые подходы и технологии. Под ред. Н.Е. Щурковой. М., 2008.
3. Гребенщиков И. В. Семья: воспитательные возможности. М., 2009.
4. Заика Е.В. Комплекс игр для развития воображения // Вопросы психологии. 2010. № 2.
5. Игры: обучение, тренинг, досуг. Под ред. В.В. Петрусинского. М., 2010.
6. Щуркова Н.Е. Три принципа воспитания. Смоленск: 2007.

Пояснительная записка

Данная программа по основам здорового образа жизни составлена для обучающихся 7-ого общеобразовательного класса муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения – средней общеобразовательной школы №1 г.Аркадака Саратовской области на 2014-2015 учебный год.

Концепция программы 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.

Необходимость реализации образовательного курса «Основы здорового образа жизни» продиктована многими причинами. Прежде всего – это ухудшение физического и психического здоровья нации. В настоящее время растет число соматических заболеваний. Нервные нагрузки приводят к обострению психических болезней. Привычными ощущениями современного человека становится потеря смысла жизни, неуверенность, беспомощность. Чтобы избавиться от душевной боли, человек прибегает к употреблению алкоголя, табака, наркотиков и других токсических веществ. Опросы свидетельствуют о том, что 40% учеников 8–11 классов имеют опыт употребления различных наркотических веществ, а еще 20% живут и общаются с людьми, употребляющими наркотики.

Вследствие истощения душевных и физических сил у людей повышается уровень конфликтности во взаимоотношениях, что проявляется в семейных кризисах, разводах, проблемах «отцов и детей», росте взаимного отчуждения и равнодушия в обществе.

Наиболее уязвимыми категориями населения являются дети, подростки и молодежь, которым еще предстоит сформировать свое отношение к миру, к себе, к сообществу. 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.

Современное определение понятия «здоровье» впервые было сформулировано Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) в 1940 г. Было признано, что здоровье – это не просто отсутствие болезней, а состояние физического, психического и социального благополучия. При этом подразумевается гармоничное сочетание социального, физического, интеллектуального, эмоционального и духовного аспектов жизни. Осуществить такую деятельность способен только человек, обладающий определенным мировоззрением, уровнем развития личности, убеждениями и установками, а также всесторонними знаниями, умениями и привычками здорового образа жизни.

Предлагаемая программа является научной, комплексной и последовательной системой обучения и воспитания здорового образа жизни, и призвана позитивно повлиять на сложившуюся в обществе систему, так как позволит сформировать ценностное отношение к здоровью.

Место предмета в базисном учебном плане

Рабочая программа разработана на основе федерального базисного учебного плана для образовательных учреждений РФ. Данный учебный предмет – основы здорового образа жизни, входит в курс предметов естествознания.

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.

Программа реализуется в течение одного учебного года.

Общая характеристика учебного процесса: методы, формы и режим занятий.

Программа состоит из пяти блоков.

Содержание этического блока включает понятия философским категориям: мораль, бережность, красота, гармония, добро и зло.

Содержание психологического блока включает формирование и развитие умения приводить в гармонию и единство различные стороны своей души, самооценности личности.

Содержание правового блока формирует навыки правового поведения, что обеспечивает безопасность и сохранение здоровья, правильное понимание понятия преступления.

Содержание семейно-педагогического блока дает комплексные знания о механизмах создания, развития и функционирования семьи, способствует развитию морального поведения, мужественности и женственности.

Содержание медицинского блока развивает навыки ухода за своим телом, правильного питания, режима труда и отдыха, особое внимание уделяется репродуктивному здоровью: гигиена, профилактика венерических заболеваний, вред ранних половых связей.

Изучение ОЗОЖ в 7 классе имеет свой девиз «По законам Вселенной», который определяет общую направленность занятий.

Типы уроков

1. Урок усвоения новых знаний
2. Комбинированный урок
3. Урок систематизации и обобщения знаний и умений
4. Урок комплексного применения знаний и умений

Методы работы:

- ИКТ, игровое обучение, проблемное обучение, разноуровневое обучение, метод проектов, педагогика сотрудничества.

Формы работы:

-общеклассные, групповые, индивидуальные, работа в парах;

- словесные (лекция, рассказ, беседа), наглядные (иллюстрации, демонстрации как обычные, так и компьютерные), практические (выполнение практических работ, самостоятельная работа с литературой (обычной и электронной), самостоятельные письменные упражнения, самостоятельная работа за компьютером; самоконтроль.

Режим занятий: в соответствии с базисным учебным планом МБОУ-СОШ №1 г.Аркадака Саратовской области на изучение курса основы здорового образа жизни в 7 классе отводится 35 ч (1 ч в неделю).

Содержание программы

«По законам Вселенной» - 35 ч

Этический блок (6 ч)

Психологический блок (8 ч)

Правовой блок (6 ч)

Семейно-педагогический блок (6 ч)

Медико-гигиенический блок (9 ч)

Предполагаемые результаты

В результате изучения ОЗОЖ в 7 классе на базовом уровне ученик должен

Знать:

- Понятия о нравственных законах развития общества;
- Нравственно-этические нормы взаимодействия с окружающей средой;
- Нравственные категории;
- Способности человека;
- Ассоциативный фундамент воображения;
- Понятие преступления;
- Преступления против семьи и несовершеннолетних;
- Преступления против морали;
- Уголовный кодекс РФ;
- Женские и мужские особенности;
- Гигиена питания;
- Гигиена одежды и обуви;
- Гигиенические аспекты работы на компьютере.

Уметь и применять в практической деятельности и повседневной жизни:

- Для сохранения собственного здоровья.

Система оценки достижений учащихся:

знания учащихся оцениваются по пятибалльной системе на каждом уроке. Для оценивания результатов обучения используются: фронтальный опрос, беседы, дискуссии, взаимоконтроль, оценка собственных достижений и умений, тестирование, практикумы, мониторинги контроля знаний и умений обучающихся, электронный контроль, зачеты, творческие работы, учебно-исследовательские проекты и др. Все пробелы в знаниях учащихся ликвидируются на дополнительных занятиях.

Оценка "5" ставится в случае:

1. Знания, понимания, глубины усвоения обучающимися всего объёма программного материала.
2. Умения выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать межпредметные и внутрипредметные связи, творчески применяет полученные знания в незнакомой ситуации.
3. Отсутствие ошибок и недочётов при воспроизведении изученного материала, при устных ответах устранение отдельных неточностей с помощью дополнительных вопросов учителя, соблюдение культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

Оценка "4":

1. Знание всего изученного программного материала.
2. Умений выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутрипредметные связи, применять полученные знания на практике.
3. Незначительные (негрубые) ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, соблюдение основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

Оценка "3"

1. Знание и усвоение материала на уровне минимальных требований программы, затруднение при самостоятельном воспроизведении, необходимость незначительной помощи преподавателя.
2. Умение работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на видоизменённые вопросы.
3. Наличие грубой ошибки, нескольких негрубых при воспроизведении изученного материала, незначительное несоблюдение основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

Оценка "2":

1. Знание и усвоение материала на уровне ниже минимальных требований программы, отдельные представления об изученном материале.
2. Отсутствие умений работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на стандартные вопросы.
3. Наличие нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при воспроизведении изученного материала, значительное несоблюдение основных правил культуры письменной и устной речи, правил оформления письменных работ.

Календарно-тематическое планирование

№ п/ п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Дата проведения	
			План	Факт
	«По законам Вселенной» -	35 ч		
	Этический блок	6 ч		
1.	Нравственные законы развития общества	1	03.09.14	
2.	Нравственность. Мораль. Ценностный базис общества.	1	10.09.14	
3.	Культура межличностных отношений. Этика. Этикет.	1	17.09.14	
4.	Нравственные категории. Понятия чести, совести, порядочности, добра, зла.	1	24.09.14	
5.	Моральные нормы и критерии поведения.	1	01.10.14	
6.	Последствия наших поступков для жизни общества.	1	08.10.14	
	Психологический блок.	8 ч		
7.	Способности человека. Развитие собственных способностей в рамках самовоспитания.	1	15.10.14	
8.	Способность комбинирования. Способность выделять характерное и существенное в предмете.	1	22.10.14	
9.	Способность выделять индивидуальные особенности других людей и учитывать их при построении собственных действий.	1	29.10.14	
10.	Ассоциативный фундамент воображения. Способность создавать образные обобщения.	1	12.11.14	
11.	Навыки коллективного творчества.	1	19.11.14	
12.	Способность создания образов принципиально новых предметов.	1	26.11.14	
13.	Самосознание, самопринятие, конструктивное реагирование на ситуацию обиды.	1	03.12.14	
14.	Преднамеренное и непреднамеренное нанесение обиды, переживание обиды, выражение обиды и досада»	1	10.12.14	
	Правовой блок.	6 ч		
15.	Преступления против морали.	1	17.12.14	

16.	Возраст наступления уголовной ответственности.	1	24.12.14	
17.	Понятие преступления.	1	14.01.15	
18.	Преступления против семьи и несовершеннолетних.	1	21.01.15	
19.	Воровство, бродяжничество, распространение наркотиков, проституция.	1	28.01.15	
20.	Умение сказать «нет» в критической ситуации.	1	04.02.15	
	Семьеведческий блок.	6 ч		
21.	Женские и мужские особенности: мужественность и женственность.	1	11.02.15	
22.	Различия мужчин и женщин: физиологические, психологические, социальные.	1	18.02.15	
23.	Понятие мужественности в различные исторические эпохи.	1	25.02.15	
24.	Современные отношения мужчин и женщин.	1	04.03.15	
25.	Знакомство. Виды и формы знакомств.	1	11.03.15	
26.	Взаимоотношения юношей и девушек.	1	18.03.15	
	Медико-гигиенический блок.	9 ч		
27.	Здоровье - нравственная категория	1	01.04.15	
28.	Болезни, как безответственность и невежество.	1	08.04.15	
29.	Воздействие стресса на организм. Создание установки на благополучие.	1	15.04.15	
30.	Обзор различных систем «Здорового образа жизни»	1	22.04.15	
31.	Возрастные особенности режима дня, труда и отдыха, питания подростка.	1	29.04.15	
32.	Гигиена сна. Гигиена одежды и обуви.	1	06.05.15	
33.	Детская косметика.	1	13.05.15	
34.	Уход за кожей.	1	20.05.15	
35.	Гигиенические аспекты работы на компьютере.	1	27.05.15	

Учебно – методическое обеспечение:

Технические средства обучения и оборудование кабинета:

Компьютер
Мультимедиапроектор
Интерактивная доска

Комплекты печатных демонстрационных пособий:

«Опорно-двигательная система»,
«Кровеносная система»,
«Дыхательная система»,
«Пищеварительная система»,
«Нервная система»

Образовательные диски:

1. СД презентации «Здоровый образ жизни», электронное пособие.
2. ИКТ Презентации, проекты

Основная литература

Литература для учителя:

1. Основы здорового образа жизни: Программа для средних классов общеобразовательных учреждений и методические рекомендации для учителя. Изд. 2-е, доп. и перераб. Саратов: Слово, 2010.
2. Здоровый образ жизни. Учебное пособие для учащихся 7-х классов. / Сост. Михайлина М.Ю., Лысогорская М.В., Павлова М.А. Саратов, 2010.
3. О.П. Аккузина, Ю.И. Буланый, 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»
4. Щуркова Н.Е. Три принципа воспитания. Смоленск: 2011.

Литература для учащихся:

1. Здоровый образ жизни. Учебное пособие для учащихся 7-х классов. / Сост. Михайлина М.Ю., Лысогорская М.В., Павлова М.А. Саратов, 2010.
2. Вообрази себе: поиграем – помечтаем. М.: Центр «Эйдос», 2009.

Дополнительная литература

Литература для учителя:

Семейный кодекс РФ
Декларация прав ребёнка
Конвенция о правах ребёнка
Конституция РФ
Уголовный кодекс РФ

Литература для учащихся:

1. Воспитание детей в школе. Новые подходы и технологии. Под ред. Н.Е. Щурковой. М., 2008.
2. Гребенщиков И. В. Семья: воспитательные возможности. М., 2009.
3. Заика Е.В. Комплекс игр для развития воображения // Вопросы психологии. 2010. Игры: обучение, тренинг, досуг. Под ред. В.В. Петрусинского. М., 2010.

Приложение к программе

Темы самостоятельных работ обучающихся

Темы презентаций

1. Этикет
2. Преступления против морали.
3. Режим дня.

Тема проекта

Традиции моей семьи

Интернет-ресурсы

1. <http://festival.1september.ru/>
2. <http://school-collection.edu.ru>
3. <http://fcior.edu.ru>

