**Аннотация к учебной программе**

|  |  |
| --- | --- |
| Предмет | **Основы здорового образа жизни** |
| Класс | **6** |
| Составитель | **Соловьева Татьяна Александровна** |
| Цели | - гуманизации образования;  - соответствия содержания образования возрастным закономерностям развития школьников;  - личностной ориентации содержания образования;  - пробуждение у шестиклассников интереса и развития доверия к самому себе, на понимание своих возможностей, способностей, особенностей характера;  - формирование у учащихся нового отношения к своему здоровью на уровне установок, навыков и умений;  - формирование у учащихся готовности использовать усвоенные знания, умения и способы деятельности в реальной жизни для решения практических задач (ключевых компетентностей: в общении, познавательной деятельности).  Данный учебный курс актуален в настоящее время, так как у школьников наблюдается ухудшение физического и психического здоровье, 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.  В этих условиях курсу «Основы здорового образа жизни» отводится особая роль по подготовке подростков к взрослой жизни.  Цель курса: формирование личности, способной реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками саморегуляции и безопасного поведения. |
| Содержание программы |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | ***Наименование разделов и тем*** | ***Всего часов*** |
| **Этический блок (6 часов)** | | |
| 1-2 | Я и мир. Все связано со всем. | 2 |
| 3-4 | Экологический подход к миру. | 2 |
| 5-6 | Осознанность человеческой жизни. | 2 |
| **Психологический блок (10 часов)** | | |
| 7-8 | Поведение и его формы. | 2 |
| 9-10 | Уверенное и неуверенное поведение. | 2 |
| 11-12 | Формы выражения (вербальные и невербальные).  Чувство собственного достоинства. | 2 |
| 13-14 | Права человека. | 2 |
| 15 | Просьба. | 1 |
| 16 | Успешные и неуспешные формы поведения в реализации своих прав. | 1 |
| **Правовой блок (6 часов)** | | |
| 17-18 | Понятие принуждения.  Уголовный кодекс РФ. | 2 |
| 19-20 | Ответственность за принуждение. | 2 |
| 21-22 | Способы противостояния принуждению. | 2 |
| **Семьеведческий блок (6 часа)** | | |
| 23-24 | Генеалогия моей семьи. | 2 |
| 25-26 | Семейные реликвии. | 2 |
| 27. | Мои бабушка и дедушка. | 1 |
| 28. | На кого я похож? | 1 |
| **Медико-гигиенический блок (7 часов)** | | |
| 29-30 | Знание своего тела и уход. Личная гигиена мальчиков и девочек-подростков. Средства личной гигиены. | 2 |
| 31-32 | Таинство появления человеческой жизни. Процесс рождения ребенка. Уход за новорожденным. | 2 |
| 33 | Иммунитет – фактор здорового образа жизни | 1 |
| 35 | Заключительный урок | 1 |
|  | **Итого:** | **35** |

|  |  |
| --- | --- |
| Предмет | **Основы здорового образа жизни** |
| Класс | **8** |
| Составитель | **Соловьева Татьяна Александровна** |
| Цели | формирование личности, способной реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками саморегуляции и безопасного поведения.  Предметно-информационные: 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.  Деятельностно-коммуникативные: 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.  Ценностно-ориентированные: возникновение 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. |
| Содержание |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № |  | Название темы | Количество  часов | Количество практических работ |
| 1 |  | Этический блок | 6 |  |
| 2 |  | Психологический блок | 8 |  |
| 3 |  | Правовой блок | 6 |  |
| 4 |  | Семъеведческий блок | 6 |  |
| 5 |  | Медико-гигиенический блок | 8 |  |
|  |  |  |  |  |
| 6 |  | Итоговый урок (резерв) | 1 |  |
| Итого |  |  | 35 часов |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Предмет | **Основы здорового образа жизни** |
| Класс | **9** |
| Составитель | **Соловьева Татьяна Александровна** |
| Цели | **-** формирование личности,  -способность реализовать себя максимально эффективно в современном мире,  -творчески относиться к возникающим проблемам,  -владеть навыками саморегуляции и безопасного поведения.  Знания и навыки, программа предусматривает в получение учениками 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 |  |
| **№** | Наименование разделов и тем | Всего часов |
| 1 | Физическое здоровье *(Медико-гигиенический блок)* | 9 |
| 2 | Психологическое здоровье *(Психологический блок)* | 8 |
| 3 | Социальное здоровье  *(Правовой блок)* | 5 |
| 4 | Моральное здоровье (*Семьеведческий блок)* | 6 |
| 5 | Духовное здоровье *(Этический блок)* | 6 |
| 35 | Резервный урок | 1 |
| **Всего на изучение 35часов** |  | |