

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа с. Грачёв Куст Перелобовского муниципального района Саратовской области»

<p>Рассмотрено на ШМО Учителей начальных классов Руководитель <i>Заболотько Н.С.</i> Протокол № <u>1</u> от « <u>15</u> » <u>августа</u> 2017г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора по УВР МБОУ «СОШ с.Грачёв Куст» <i>Гейко О.Д.</i> « <u>16</u> » <u>августа</u> 2017г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор ОШ с.Грачёв Куст» <i>Подстречная Л. Д.</i> Приказ № <u>120</u> <i>августа</i> 2017г.</p> 
---	--	--

Рабочая программа педагога
Заболотько Надежды Сергеевны

первая квалификационная категория
по учебному курсу « Основы здорового образа жизни»
2-3 класс
Базовый уровень

2017 – 2018 уч.год.

Пояснительная записка

Рабочая программа по основам здорового образа жизни разработана на основе ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273, Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009г. №373), Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в ОО, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, основной образовательной программы начального общего образования и ориентирована на авторскую М. А.Павловой.

Цели и задачи курса

Цели учебного 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.

Программа предусматривает 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.

Основные задачи:

- Сформировать смысловое представление об элементарных правилах здоровьесбережения.
- Создать элементарные представления об основных понятиях здорового образа жизни.
- Добиться выполнения элементарных правил здоровьесбережения (на уровне первоначального умения).
- Предупредить непонимание основных понятий здорового образа жизни.

Решение этих задач осуществляется поочередно. Представления об элементарных правилах здоровьесбережения формируются в результате объяснения педагогом, восприятия показываемых движений комплексов физкультминуток, утренней гигиенической гимнастики, просмотра наглядных пособий, анализа собственных мышечных и других ощущений, возникающих при первых попытках выполнения комплексов, наблюдений за действиями других учащихся. Все это создает ориентировочную основу, без которой невозможно освоение правил здоровьесбережения.

Общая характеристика учебного предмета

Содержание учебного предмета предполагает изучение вопросов философии, этики, морали, психологии, социологии, экономики, правоведения, семейведения, сексологии, физиологии, анатомии и гигиены человека в аспекте пропаганды, обучения и воспитания здорового образа жизни.

Занятия проводятся в форме лекций, семинаров, бесед, дискуссий. Большое место уделяется практическим занятиям, на которых проводятся тренинги, анкетирование и тестирование, игровое моделирование. Предполагается широкое использование технических средств (видеотехники), наглядных пособий (схем, фотографий и др.) проведение индивидуальных и групповых консультаций.

Программа состоит из пяти блоков:

Содержание этического блока включает основные философские понятия о мире, жизни, закономерностях существования Вселенной. Формирует такие понятия как забота, ответственность, любовь, красота, гармония, счастье, смысл жизни, творчество, свобода, добро и зло, жизнь и смерть.

Содержание психологического блока развивает понятия о строении и проявлении психики, структуре личности, самоанализе и саморегуляции. Формирует и развивает умения приводить в гармонию и единство различные стороны своей личности. Предлагаются темы и тренинговые упражнения, направленные на развитие личности, интеллектуальной и эмоциональной сфер, чувства собственного достоинства, профилактики болезней, асоциального поведения и умения быть здоровым.

Содержание правового блока обеспечивает необходимыми знаниями о правах и обязанностях человека в семье, формирует навыки правового поведения, правильное понимание свободы и необходимости.

Содержание семейно-педагогического блока дает комплексные знания о механизмах создания, развития и функционирования семьи. Формирует ценность и потребность в семье; развивает навыки эффективного семейного взаимодействия, грамотного и ответственного воспитания детей, реализации здорового образа жизни в семье; способствует развитию полоролевого поведения, мужественности и женственности.

Содержание медико-гигиенического блока дает основные знания о гигиене и профилактике болезней; раскрывает связь состояния психики с состоянием нашего тела; формирует отношение к своему телу как к ценности; развивает навыки ухода за телом, правильного питания, режима труда и отдыха. Особое внимание уделяется репродуктивному здоровью, формируется негативное отношение к вредным привычкам, в том числе к употреблению наркотиков, алкоголя, табака, токсических веществ.

Описание места учебного предмета в учебном плане

В соответствии с Образовательной программой школы рабочая программа рассчитана для учащихся 2-3 классов на 35 часов в год при 1 часе в неделю.

Описание ценностных ориентиров содержания предмета, курса в учебном плане

- Ценность жизни – признание человеческой жизни и существования живого в природе в целом как величайшей ценности, как основы для подлинного экологического сознания.
- Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.
- Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности - любви.
- Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.
- Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребенка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

- Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.
- Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.
- Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.
- Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.
- Ценность патриотизма одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.
- Ценность человечества осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

Требование к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе.

Личностные :

У обучающихся будут сформированы:

- 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;

могут быть сформированы:

- 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.

Предметные:

Обучающиеся научатся:

- - различать полезные и вредные привычки;
- - ухаживать за больным человеком;
- - выполнять правила поведения в общественных местах, правила здорового образа жизни;
- - различать и называть основные части тела человека;
- - называть органы чувств и рассказывать об их значении;
- - приводить примеры здоровой пищи;
- - рассказывать о значимости и осмысленности человеческой жизни;
- - приводить примеры взаимосвязи жизни природы и человека.
- - выражать приветствие, благодарность, просьбу;

- - выполнять элементарные правила личной гигиены, пользоваться предметами личной гигиены;
- - рассказывать о профессиях родителей и работников школы;
- - проявлять уважительное отношение к окружающим людям;
- - выполнять основные правила безопасного поведения, дома, в школе, на улице, в природе и общественных местах;
- - приводить примеры видов труда людей;

Обучающиеся получат возможность научиться:

- различать и приводить примеры эмоций человека;
- называть основные возрастные периоды жизни человека;
- рассказывать о мире невидимых существ и их роли в распространении болезней;
- рассказывать о пользе витаминов;
- рассказывать о необходимости занятия спортом ;
- различать вредные и полезные привычки;
- различать виды эмоционального состояния человека;

Метапредметные:

Регулятивные

Обучающиеся научатся:

- понимать свое продвижение в овладении содержанием курса;
- понимать, что уже усвоено и что предстоит усвоить.
- *Учащиеся могут научиться:*
- осуществлять контроль за усвоением учебного материала при выполнении заданий рабочей тетради;
- замечать и исправлять свои ошибки и ошибки одноклассников.

Познавательные

Обучающиеся научатся:

- понимать информацию, представленную в виде текста, рисунков, схем;
- называть и различать эмоции, правила этикета, правила здорового образа жизни;
- устанавливать тесную взаимосвязь правильного поведения и здоровья.

Обучающиеся могут научиться:

- осуществлять поиск информации при выполнении заданий и подготовке проектов;
- сравнивать объекты, выделяя сходства и различия;
- группировать различные предметы по заданному признаку.

Коммуникативные

Обучающиеся научатся:

- участвовать в диалоге при выполнении заданий;
- оценивать действия одноклассников.

Обучающиеся могут научиться:

- осуществлять взаимопроверку при работе в паре;
- сотрудничать в поиске и сборе информации при выполнении совместно выбранного проекта.

Планируемые результаты обучения:

К концу 2 класса ученики научатся понимать

- вопросы отношения к окружающему миру;
- правила личной гигиены;
- формы поведения человека (успешные и неуспешные, уверенное и неуверенное, грубое);
- права человека, соблюдение которых способствует его уверенности в себе;
- статьи из Декларации прав ребенка, Конвенции о правах человека;
- что такое забота;
- что такое ответственность;
- что такое этикет;
- что такое семейные обязанности;
- что такое вредные привычки;
- о соблюдении режима дня;
- о профилактике нарушения зрения;
- правила закаливания.

К концу 2 класса ученики получат возможность научиться :

- характеризовать взаимосвязь элементов живой природы;
- характеризовать правила поведения в обществе;
- характеризовать способы противостояния принуждению;
- слушать собеседника;
- овладевать вербальными и невербальными формами поведения;
- выявлять зависимость уверенности и неуверенности от других людей;
- отстаивать свои права;
- различать успешные и неуспешные формы поведения в реализации своих прав;
- уверенно вести себя в определенных ситуациях;
- пользоваться средствами личной гигиены;
- вооружиться навыками безопасного взаимодействия с миром.;
- характеризовать состояние окружающей среды обитания;

- проводить закаливание организма.

Обязательный базовый минимум к концу 3 класса:

Учащиеся **научатся необходимым знаниям:**

- о закономерностях существования Вселенной, о мире, жизни;
- о строении и проявлении психики;
- о правах и обязанностях в семье;
- о механизме создания, развития и функционирования семьи;
- о гигиене и профилактике болезней;
- о правилах питания, о правилах этикета связанных с питанием;

Получат возможность научиться

- понимать: забота, ответственность, любовь, гармония, счастье, смысл жизни, добро;
- уметь приводить в гармонию и единство различные стороны своей личности;
- навыкам правого поведения, правильное понимание свободы и необходимости;
- ценностям и потребностям в семье;
- отношению к своему телу как к ценности.

Содержание учебного предмета 2 класс

Этический блок (5 ч)

1. Природа и человек. Красота мира. Красота жизни.
2. Красота – внешняя и внутренняя. Красота природы. Красота, созданная руками человека.
3. Красота души. Красота человеческих отношений. Как сберечь красоту.
4. Бережное отношение к окружающему миру. Вандализм. Созидание и разрушение.
5. Я – часть природы. Взаимосвязь всего живого.

Психологический блок (6 ч)

1. Влияние эмоций на поведение человека. Словесный язык чувств.
2. Как я могу владеть своим телом. Игры на развитие пантомимики. Знакомство с навыками саморегуляции.
3. Развитие навыков общения.
4. Давай поговорим: как слушать собеседника и вести себя во время разговора.
5. Напиши мне письмо: знакомство с письменным общением.
6. Играем вместе – обучение совместной деятельности мальчиков и девочек. Дружба мальчиков и девочек: культура общения полов.

Правовой блок (5 ч)

1. Культура поведения. Этика. Этикет.

2. Уважение к старшим. Забота о младших.
3. Правила поведения и красота. Правила поведения и здоровье.
4. Здоровый образ жизни. Санитарно-гигиенические нормы. 5. Аккуратность и опрятность. Вредные привычки.
6. Правила поведения в общественных местах (в школе, в театре, на улице, в транспорте).

Семьеведческий блок (4 ч)

1. Дом, где ты живешь. .
2. Чистота – залог здоровья!
3. Гигиена тела и жилища.
4. «Мужские» и «женские» обязанности.

Медико-гигиенический блок (14 ч)

1. Из чего мы сделаны. В здоровом теле – здоровый дух.
2. Как легче болеть и быстро выздоравливать?
3. Режим дня. Закаливание.
4. Дыхание, осанка и движение – ритмы суть жизни.
5. Спорт – залог здоровья! Советы наоборот: «Что нужно сделать, для того, чтобы заболеть?»
6. Профилактика детского травматизма.
7. Первая помощь при несчастных случаях.
8. Как мы познаем окружающий мир.
9. Роль органов чувств в познании окружающего мира.
10. Питание и здоровье. Что такое здоровая пища и как ее приготовить.
11. Как усваивается пища, т.е. придает нам силу.
12. Значение витаминов и минеральных веществ в питании человека.
13. Творчество и здоровье.
14. Значение развития творческого воображения.

Содержание учебного предмета, курса

3 класс

Этический блок (4 ч)

1. Человек на планете Земля. В дружбе с природой.
2. Спор и ссора. Умение вести дискуссию.
3. Забота и ответственность. Проявление заботы в окружающем мире.
4. Проявление заботы в моем городе, в моей школе.

Психологический блок (12 ч)

1. Этот странный взрослый мир.
2. Этот странный взрослый мир.
3. Как я помню то, что помню: что мы помним друг о друге и близких.
4. Как я помню то, что помню: что мы помним друг о друге и близких.
5. Как я помню то, что помню: что мы помним друг о друге и близких.
6. Язык жестов и движений: позы, жесты, дистанция и манера одеваться.
7. Язык жестов и движений: позы, жесты, дистанция и манера одеваться.
8. Язык жестов и движений: позы, жесты, дистанция и манера одеваться.
9. Застенчивость, агрессивность, пассивность и гиперактивность.
10. Застенчивость, агрессивность, пассивность и гиперактивность.
11. Застенчивость, агрессивность, пассивность и гиперактивность.
12. Кто «Я» такой.

Правовой блок (7 ч)

1. Правила в жизни человека.
2. Проявление милосердия, терпимости.
3. Ответственность за жестокое поведение.
4. Правила поведения в школе и на улице.
5. Опасные ситуации.
6. Стихийные бедствия.
7. Правила поведения в чрезвычайных ситуациях.

Семьеведческий блок (4 ч)

1. Что такое труд.
2. Трудом славен человек!
3. Труд в моей семье.
4. Что я больше всего люблю делать.

Медико-гигиенический блок (7 ч)

1. Секреты сохранения здоровья.
2. Секреты сохранения здоровья.
3. Здоровье и благополучие.
4. Полезные и вредные привычки.
5. Полезные и вредные привычки.
6. Вред применения наркотиков, алкоголя, никотина, токсических веществ.
7. Вред применения наркотиков, алкоголя, никотина, токсических веществ.

Система оценки, критерии

Система оценки достижений обучающихся. На этих уроках оценок нет. И на поставленный вопрос ребенок может дать любой ответ. Для того, чтобы дети без страха включались в обсуждение разных вопросов, не реагировать на их ответы отрицательно. Чувство страха всегда вызывает скованность, неуверенность в себе, рождает неуверенность.

Инструментарий для оценивания результатов. Будьте доброжелательны. Выслушивайте ответы, не показывайте своё отрицание даже мимикой, взглядом. Дарите детям листики- карточки с добрыми словами, например «Ты добрый человек» - они очень радуются этим словам . Устные ответы оцениваются согласно следующим критериям:

Оценка «5» - «отлично» ставится за развернутый, полный, безошибочный устный ответ, в котором выдерживается план, содержащий введение, сообщение основного материала, заключение, характеризующий личную, обоснованную позицию ученика по спорным вопросам, изложенный литературным языком без существенных стилистических нарушений.

Оценка «4» - «хорошо» ставится за развернутый, полный, с незначительными ошибками или одной существенной ошибкой устный ответ, в котором выдерживается план основного материала, изложенный литературным языком с незначительными стилистическими нарушениями.

Оценка «3» - «удовлетворительно» ставится за устный развернутый ответ, содержащий сообщение основного материала при двух-трех существенных фактических ошибках, язык ответа должен быть грамотным.

Оценка «2» - «неудовлетворительно» ставится, если обучающийся во время устного ответа не вышел на уровень требований, предъявляемых к ответу на оценку «3».

Перечень учебно-методического комплекта

Дополнительная литература.

1. Региональная программа «Основы здорового образа жизни (ОЗОЖ)» / Павлова М.А. 2011 г.