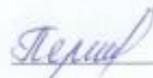


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение – средняя общеобразовательная школа с. Ольшанка

«Рассмотрено»
Руководитель МО

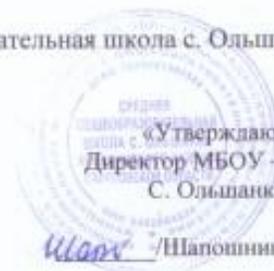
 /Першина Е.А./

«27» августа 2021г.

«Согласовано»
Зам.директора по УВР
МБОУ-СОШ с. Ольшанка

 /Алексеевская С.В./

«27» августа 2021г.



«Утверждаю»
Директор МБОУ – СОШ
С. Ольшанка

 /Шапошникова О.В./

Приказ № 115 от
«27» августа 2021г.

Рабочая программа
Першиной Ирины Николаевны
учителя начальных классов
ОЗОЖ (УМК «Школа России»)
4 класс

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от
«27» авг 2021г.

2021-2022 учебный год

Пояснительная записка

Программа по ОЗОЖ составлена на основе *региональной образовательной программы «Основы здорового образа жизни»* Министерства образования и Министерства здравоохранения Саратовской области (КИЦ «Саратовтелефильм» - «Добродея», 2008, издание второе, переработанное и дополненное) и методических рекомендаций для начальных классов общеобразовательной школы (автор и разработчик Н.А.Кузнецова.)

Программа рассчитана на 35 часов, занятия проводятся 1 раз в неделю на уроке Окружающего мира интегрировано.

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

Цели 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.

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.

Содержание программы 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 организуются тренинги, анкетирование, тестирование, игровое моделирование. Предполагается широкое использование технических средств (аудио- и видеотехники), наглядных пособий (таблиц, схем, фотографий и др.), проведение индивидуальных и групповых консультаций.

В программу включены совместные занятия родителей и детей. В образовательном учреждении необходимо организовать родительский всеобуч по ключевым вопросам воспитания подрастающего поколения.

Программа каждого года обучения 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 расширяет понятия о психике, ее строении и проявлении, 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 интеллектуальной и эмоциональной сфер, чувства собственного достоинства, умения быть здоровым, а также на профилактику болезней и асоциального поведения.

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

Содержание **семьеведческого** блока дает комплексные знания о механизмах создания, развития и функционирования семьи. Формирует потребность в семье, понимание ее ценности; 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 формирует представления 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.

Чтобы младший школьник мог сознательно регулировать свое поведение, взрослый должен помочь ему научиться выражать свои чувства, помогая тем самым переносить травмирующую ситуацию, найти способ справиться с ней.

Решение психологических проблем в начальной школе способствует формированию школьной успеваемости, личностного развития, развития коммуникативных навыков, профилактике девиации.

№ п/п	Разделы	Количество часов
1	Этический блок	5
2	Психологический блок	12
3	Правовой блок	6
4	Семьеведческий блок	6
5	Медико-гигиенический блок	6
	Итого	35

Содержание тем учебного курса

4 класс (35 часов)

«Святость жизни»

Этический блок (5 ч)

Развитие жизни на Земле. Представление о смысле жизни. Уникальность и неповторимость всех форм жизни. Самоценность личности.

Психологический блок (12 ч)

Манипуляции в общении. Умей сказать «нет». Что такое хорошо и что такое плохо: мои поступки. Дурные привычки и мое отношение к ним. Как мы видим друг друга (формирование потребности в общении со сверстниками). Дружба — что значит настоящий друг. Агрессия — формы проявления. Как справиться со своим гневом. Игры и упражнения на расслабление мышц, на выражение удовольствия и радости.

Правовой блок (6 ч)

Гражданин и государство. Права и обязанности граждан России.

Что значит быть и жить в настоящем времени. Совет наоборот: «Я умею обижаться». Что значит победить другого человека.

Семьеведческий блок (6 ч)

История создания праздников. Общенародные и государственные праздники. Семейные праздники в традициях народов. Традиции в моей семье. Этика проведения праздников.

Медико-гигиенический блок (6 ч)

Окружающая среда и здоровье человека. Как оценить количество и качество своего здоровья (мониторинг физического здоровья). Значение зрения для человека. Профилактика возникновения нарушений зрения.

Календарно-тематическое планирование

уроков ОЗОЖ

Класс: 4

Кол-во часов:

Всего 35 часов

В неделю 1 час

Планирование составлено на основе *региональной образовательной программы «Основы здорового образа жизни»* Министерства образования и Министерства здравоохранения Саратовской области.

№ п/п	Наименование темы	Повторение	ИКТ	Дата	Коррек- - тировка а
	Этический блок				
1	Знакомство с предметом ОЗОЖ. Что значит здоровый образ жизни?				
2	Развитие жизни на Земле.				
3	Представление о смысле жизни.				

4	Уникальность и неповторимость всех форм жизни.				
5	Самоценность личности.				
	Психологический блок				
6	Манипуляции в общении.				
7	Умей сказать «нет».				
8	Продолжение работы по теме «Умей сказать «нет».				
9	Что такое хорошо и что такое плохо: мои поступки.		Презент т.		
10	Продолжение работы по теме «Что такое хорошо и что такое плохо: мои поступки».				
11	Дурные привычки и мое отношение к ним.				
12	Как мы видим друг друга.				
13	Дружба – что значит настоящий друг.				
14	Продолжение работы по теме «Дружба – что значит настоящий друг».				
15	Агрессия – формы проявления.				
16	Как справиться со своим гневом.				
17	Игры и упражнения на расслабление мышц, на выражение удовольствия и				

	радости.				
	Правовой блок				
18	Гражданин и государство.				
19	Права и обязанности граждан России.	Символика России.			
20	Продолжение работы по теме «Права и обязанности граждан России».	Гражданин и государство.			
21	Что значит быть и жить в настоящем времени.	Представление о смысле жизни.			
22	Совет наоборот: «Я умею обижаться».	Самоценность личности.			
23	Что значит победить другого человека.	Как мы видим друг друга.			
	Семьеведческий блок				
24	История создания праздников.	Развитие жизни на Земле.			
25	Общенародные и государственные праздники.	История создания праздников.			
26	Семейные праздники в традициях народов.	Гражданин и государство.			
27	Традиции в моей семье.	Дружба – что значит настоящий друг.			

28	Продолжение работы по теме «Традиции в моей семье».	Что такое хорошо и что такое плохо: мои поступки.	Презент.		
29	Этика проведения праздников	Традиции в моей семье.			
	Медико – гигиенический блок				
30	Окружающая среда и здоровье человека.	Что значит здоровый образ жизни?			
31	Продолжение работы по теме «Окружающая среда и здоровье человека».	Что значит быть и жить в настоящем времени.			
32	Как оценить количество и качество своего здоровья.	Дурные привычки и мое отношение к ним.			
33	Значение зрения для человека.	Представление о смысле жизни.			
34	Профилактика возникновения нарушений зрения.	Окружающая среда и здоровье человека.			
35	Итоговый урок.				

Список литературы

1. Министерства образования и Министерства здравоохранения Саратовской области
Региональная образовательная программа «Основы здорового образа жизни» (КИЦ «Саратовтелефильм» - «Добродея», 2008, издание второе, переработанное и дополненное). Авторский коллектив: Барыльник Ю.Б., Дмитриева Н.В., Текучева Е.Н.
2. Методические рекомендации для начальных классов общеобразовательной школы. Автор и разработчик Н.А.Кузнецова.
«Формирование навыков здорового образа жизни. » /Методическое пособие для учителей начальных классов/

