

муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Маслянинская основная общеобразовательная школа № 4
Маслянинского района Новосибирской области
633561 р.п. Маслянино
ул. Заводская, 8
тел. 8(383)47-22-229
E-mail: schmas14@mail.ru

ПРИНЯТО решением методического объединения учителей смежных профессий протокол № 1 от «28» августа 2018г. руководитель ШМО <i>В.Г. Белый</i> В.Г. Белый	«СОГЛАСОВАНО» Заместитель директора по УВР <i>Е.Н. Звягина</i> Е.Н. Звягина «29» августа 2018г.
---	--

Рабочая программа
курса «ЗДОРОВО БЫТЬ ЗДОРОВЫМ»
для 7 класса на 2018 - 2019 учебный год

Составитель:
Шишкин Александр Васильевич
Учитель «Основ безопасности жизнедеятельности»
МКОУ Маслянинская ООШ № 4

2018

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Основы смыслового чтения» для 7 класса разработана на основе:

1. Федерального закона от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
2. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. № 189 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Основы смыслового чтения» для 7 класса разработана на основе:

1. Федерального закона от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
2. Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. № 189 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2. 2821– 10»;
3. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, приказ Министерства образования и науки России от 17 декабря 2010 г. № 1897 (с изменениями Приказ от 29.12.2014г. №1644);
4. Примерной основной образовательной программы основного общего образования (<http://fgosreestr.ru/>);
5. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации (Мнобрнауки России) от 31 марта 2014 г. № 253 г. "Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования";
6. Основной образовательной программы основного общего образования МКОУ Маслянинской ООШ № 4;

Цель курса: сформировать осознанное отношение к жизни и здоровью как высочайшей ценности.

В 2018-2019 учебном году в 7 классе обучается 3 ученика со статусом ОВЗ (ЗПР). Для них осуществляются специальные образовательные условия:

- рациональная дозировка на уроке содержания учебного материала;
- сокращенные задания, направленные на усвоение ключевых понятий;
- предоставление дополнительного времени для завершения задания, учет работоспособности ребенка, замедленность темпа обучения;
- максимальная опора на практическую деятельность и опыт ученика;
- индивидуальная помощь в случаях затруднения, точность и краткость инструкций по выполнению задания;
- самостоятельная работа, работа в парах с взаимопроверкой и обсуждением выполнения задания;
- благоприятный психологический климат на уроке, опора на эмоциональное восприятие;
- увеличение времени на выполнение заданий;
- возможность организации короткого перерыва (10-15 мин) при нарастании в поведении ребенка проявлений утомления, истощения;
- недопустимыми являются негативные реакции со стороны педагога, создание ситуаций, приводящих к эмоциональной травме ребенка.

Курс рассчитан на 35 академических часа (1 час в неделю)

Содержание В основе занятий курса «ЗДОРОВО БЫТЬ ЗДОРОВЫМ» лежит системно - деятельностный подход, направленный на формирование и развитие коммуникативной компетенции обучающихся. Программа предполагает изучение вопросов философии, этики, морали, психологии, социологии, экономики, правоведения, семействования, 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 (аудио- и видеотехники), наглядных пособий (таблиц, схем, фотографий и др.) проведение индивидуальных и групповых консультаций.

Программа обучения состоит из пяти блоков.

Медико-гигиенический блок включает в себя вопросы: здоровье - нравственная категория. Воздействие стресса на организм. Возрастные особенности режима дня, труда и отдыха, питания

подростка. Профилактика утомления у школьников. Переутомление. Гигиена сна. Гигиена одежды и обуви. Гигиенические аспекты работы на компьютере.

Психологический блок рассматривает способности человека, одаренность, талант, творчество. Развивает воображение, учит конструктивно реагировать на обиду.

Правовой блок раскрывает понятия: преступление, знакомит со статьями УК РФ, касающихся семьи и несовершеннолетних детей. Отрабатываются навыки противостояния давлению, умение сказать «нет» в критической ситуации.

Семьеведческий блок поднимает вопросы взаимоотношения юношей и девушек. Рассматривает женские и мужские особенности: мужественность и женственность, особенности современных форм знакомств.

В этическом блоке рассматриваются нравственные законы развития общества. Понятие чести, совести, порядочности. Понятие добра и зла. Моральные нормы и критерии поведения. Последствия наших поступков для жизни общества.

Требования к результатам обучения:

Предметные УУД: научатся правильно относиться к своему здоровью, правильно и грамотно вести себя в обществе добывать нужную информацию, используя доступные источники (справочники, учебники, словари, СМИ.); сформируется потребность в самопознании, здоровом образе жизни, освоят навыки гигиены и профилактики заболеваний.

Метапредметные УУД

Познавательные будут знать: особенности развития подросткового организма. Усвоят понятия: способности человека, талант; преступление и ответственность; познакомятся с УК РФ; нравственность, мораль, этика, этикет, нравственные законы развития общества.

Коммуникативные умение слушать; высказывать своё мнение и ценить мнение других.

Регулятивные: действуют соответственно поставленной учителем задачи, сдерживают свои желания, считаются с правами окружающих

Личностные УУД осмысливают гуманистические ценности современного общества, формируется мотивация к здоровому образу жизни, к самопознанию

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учебное пособие [Текст] / Г.С. Абрамов. - М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2000.- 624 с.- (Gaudeamus).
2. Богатырёва Т.Л. Практическому психологу: цикл занятий с подростками (10-12 лет) Москва 2006 г.
3. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Просвещение, 1968.
4. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М., 1984.
5. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М.: 1987.
6. Игры: обучение, тренинг, досуг. Под ред. В.В. Петрусинского. М., 1992.
7. Лысогорская М.В. Методические материалы проведения занятий с молодёжью по актуальным проблемам подготовки к семейной жизни. Саратов, 1999г.
8. Михайлина М.Ю. Лысогорская М.В. Павлова М.А. Здоровый образ жизни учебное пособие для учащихся 9-х классов. Саратов 2006г.
9. Немов Р.С. Психология М., 1995г
10. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг межличностного общения. М.: Знание, 1991.

11. Прозуменгов Л.М. Права несовершеннолетних и их охрана в Российском законодательстве Томск 1997г.
12. Родионов В.А. Ступницкая М.А. Ступницкая К.Р. Прививка от стресса. Ярославль 2006г.
13. Рогов Е.И. психология познания М., 1998г.
14. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М.: Новая школа, 1993.
15. Словарь по этике. М., 2006г..

Электронные ресурсы:

Учебные пособия по ОБЖ для общеобразовательных школ <http://www.bez.econavt.ru>

Безопасность жизнедеятельности школы <http://kuhta.clan.su>

Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» <http://www.school-obz.org>

Основы безопасности жизнедеятельности. Сайт Баграмян Э. <http://theobg.by.ru/index.htm>

Нормативные документы, методические материалы по ОБЖ. Сайт Разумова В.Н. <http://informic.narod.ru/obg.html>

Основы безопасности жизнедеятельности <http://0bj.ru/>

Институт психологических проблем безопасности <http://anty-crim.boxmail.biz>

Искусство выживания <http://www.goodlife.narod.ru>

Первая медицинская помощь <http://www.meduhod.ru>

Портал детской безопасности <http://www.spas-extreme.ru>

Россия без наркотиков <http://www.rwd.ru>

Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека <http://www.rospotrebnadzor.ru>

Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору <http://www.gosnadzor.ru>

Федеральный центр гигиены и эпидемиологии <http://www.fcgsen.ru>

Лига здоровья нации <http://www.ligazn.ru>

Всероссийский форум «Здоровье нации – основа процветания России» <http://www.znopr.ru>

Безопасность и здоровье: ресурсы, технологии и обучение <http://www.risk-net.ru>

Календарно-тематическое планирование по ЗБЗ в 7 классе

№ урока	Наименование разделов и тем	Количество часов	Календарные сроки	Вид занятия	Хар-ка основных видов деятельности учащихся	Наглядные пособия, технические средства, ИКТ	Задания для учащихся	Повторение	Формирование УУД
	Медико-гигиенический блок	8							
1 2	Здоровье– нравственная категория Здоровье и благополучие	2	сентябрь	Освоение нового материала	Повторяют определение здоровья; Рассуждают о нравственности Воспринимают новую информацию; составляют конспект; Выполняют задание: закончить предложения «Я отвечаю за свое здоровье для того...», «Я буду вести здоровый образ жизни так, как...» Делают вывод о зависимости здоровья, благополучия от здорового образа жизни				Предметные УУД Научатся: относиться к здоровью как к нравственной категории: болезнь - результат безответственности и невежества Метапредметные УУД <u>Познавательные:</u> усвоят понятия: нравственность, здоровье, поисковая активность, адаптация, признаки благополучия <u>Коммуникативные:</u> умение слушать; высказывать своё мнение <u>Регулятивные:</u> действуют соответственно поставленной учителем задачи Личностные УУД осмысливают гуманистические ценности современного общества, формируется мотивация здорового образа жизни и личная ответственность за собственное здоровье и благополучие
3-4	Режим учебы,	2	сентябрь	Семинар	Рассказывают о	TV	Составит		Предметные УУД

	отдыха и питания				своём режиме дня, о занятиях во внеурочное время Говорят о продуктах полезных и вредных для здоровья. Сравнивают свои представления с научными Анализируют «идеальный режим дня». Делают вывод о зависимости здоровья от соблюдения режима учебы, отдыха, питания.	DVD	ь режим дня		Научатся правильно распределять время труда и отдыха. Правильно питаться Метапредметные УУД <u>Познавательные</u> осуществляют поиск информации, анализируют, сравнивают, делают выводы <u>Коммуникативные</u> делятся своим опытом, высказывают мнение, слушают других <u>Регулятивные</u> : Проявляют самостоятельность и инициативность. Личностные УУД Осознание необходимости в соблюдении режима дня
5-6	Профилактика утомления у школьников. Гигиенические аспекты работы на компьютере	2	октябрь	Освоение нового материала	Слушают информацию учителя Рассказывают о признаках утомления. О способах снятия утомления Выполняют упражнения для глаз, позвоночника.	Компьютер, мультимедиа	Подготовить сообщение на тему «Профилактика утомления при работе за компьютером»		Предметные УУД Научатся контролировать своё состояние, осваивают упражнения для снятия утомления при работе на компьютере Метапредметные УУД <u>Познавательные</u> : узнают современные методы снятия утомления при работе на компьютере, требования к техническому обеспечению рабочего места пользователя <u>Коммуникативные</u> : умение слушать другого, рассказывать о себе. <u>Регулятивные</u> : действуют соответственно поставленной учителем задачи Личностные УУД : осмысливают важность соблюдения гигиенических требований при работе на компьютере
7-8	Уход за кожей. Детская косметика	2	октябрь	Тренинг практическое занятие	Размышляют о важности ухода за кожей в				Предметные УУД Научатся: правильно ухаживать за собой Метапредметные УУД

					подростковом возрасте. Делятся своим опытом по уходу за кожей, выполняют задания из ЗОЖ				<u>Познавательные</u> : узнают о детской косметике <u>Коммуникативные</u> : взаимодействует в группе <u>Регулятивные</u> : следят за своей кожей Личностные УУД : мотивация к выполнению гигиенических процедур
	Психологический блок	8							
9-10	Способности человека	2	ноябрь	Тренинг практическое занятие	Слушают учителя, усваивают научные понятия, сравнивают житейское представление о способностях с научными; Выполняют тренинговые упражнения	Компьютер, мультимедиа			Предметные УУД Научатся навыкам развития воображения Метапредметные УУД <u>Познавательные</u> усваивают понятия;Способности, одаренность, талант, <u>Коммуникативные</u> : взаимодействует в группе <u>Регулятивные</u> : принимают правила поведения и следуют им в тренинговой группе Личностные УУД : мотивация к самопознаниюотношение к способностям, как к возможности наиболее эффективного приспособления к реальности
11-12	Развитие способности к комбинированию Ассоциативный фундамент воображения	2	ноябрь	Тренинг	Выполняют упражнения: «Загадывание предмета с помощью пары других предметов», «Отгадывание предмета по паре других предметов». «Перехват закодированных сообщений». Упражнения: «Передача закодированных слов по		Рис. «Несущ. жив»		Предметные УУД Научатся: выделять наиболее характерные признаки предмета, сопоставлять их друг с другом, образовывать всевозможные их сочетания, создавать целостные образы и понятия по отдельным разрозненным характеристикам Метапредметные УУД <u>Познавательные</u> усваивают понятия: Характерные признаки предмета, целостные образы, комбинирование <u>Коммуникативные</u> . Навыки коллективного творчества. <u>Регулятивные</u> : выделяют индивидуальные особенности воображения и мышления других людей и учитывают их при построении

					испорченному телефону». «Передача ассоциаций по цепочке», самостоятельное составление ассоциативных цепочек.			собственных действий. Личностные УУД: развивается воображение
13-14	Ситуация обиды, конструктивное реагирование на обиду	2	декабрь	Тренинг	Выполняют упражнения: «Детские обиды». Обсуждают. Что такое обида? Как долго сохраняются обиды? Справедливые и несправедливые обиды и т.п Разыгрывание сценок: реагирование на обиду Анализируют ответы Делают выводы о конструктивном реагировании на обиду		Закончить предложение: «Я обижаюсь когда...», нарисовать выражение лица обиженного человека.	Предметные УУД: научатся конструктивно реагировать на обиду Метапредметные УУД <u>Познавательные</u> : узнают о психологической сущности обиды и причине её возникновения <u>Коммуникативные</u> : высказывают своё мнение, слушают других, рассказывают о своих чувствах <u>Регулятивные</u> : сдерживать свои желания, считаться с правами окружающих Личностные: эффективные или неэффективные способы выражения обиды, досады.
15-16	Развитие навыков регулирования эмоционального состояния. Развитие навыков снятия раздражения.	2	декабрь	Тренинг	Выполняют упражнения: «Чувствую себя хорошо». «Аукцион». «Вверх по радуге»			Предметные УУД Научатся: осознавать своё состояние и регулировать его Метапредметные УУД <u>Познавательные</u> : узнают способы снятия напряжения и расслабления.

					Релаксация. Рефлексия				<u>Коммуникативные:</u> развивается эмпатия <u>Регулятивные:</u> управление своими чувствами и желаниями <u>Личностные:</u> тренируют самообладание
	Правовой блок	7							
17-18	Понятие преступления. Преступления против морали	2	январь	Освоение нового материала	Ведут конспект лекции учителя ,отвечают на вопрос:Какие преступления совершают подростки чаще всего? Работают с юридической литературой	Компьютер, мультимедиа	Повторить записи в тетради		Предметные УУД: научатся отличать преступление от правонарушения, проступка, Метапредметные УУД <u>Познавательные:</u> Повышение уровня правовой информированности понятие преступления, мораль, виды преступлений против морали. Состав преступления. <u>Коммуникативные:</u> участие в дискуссии, анализ ситуаций <u>Регулятивные:</u> управление своей деятельностью соответственно поставленной задачи Личностные: формирование осознанной потребности в специальной юридической и социально-психологической информации
19-20-21	Возраст наступления правовой ответственности Преступление против семьи и несовершеннолетних	3	Январь-февраль	Освоение нового материала	Ведут конспект лекции учителя , приводят примеры из своей жизни, анализируют и оценивают свои поступки и поступки других		Определить понятия: ответственность, преступление, наказание, склонение к преступлению.		Предметные УУД Научатся видеть преступления, направленных против несовершеннолетнего и его семьи Метапредметные УУД <u>Познавательные:</u> усвоят юридическую информацию: возраст наступления правовой ответственности, вовлечение в совершение преступления; жестокое обращение <u>Коммуникативные:</u> обсуждение, рассуждение, использование юридической терминологии <u>Регулятивные:</u> действуют соответственно целям и задачам урока Личностные: формируется представление о правовой защищенности

22-23	Умение сказать «НЕТ» в критической ситуации.	2	февраль	Тренинг	Тренируются сказать «нет» в ситуациях принуждения, демонстрируя разные способы Рефлексия: «Я узнал, я понял...»	Компьютер, мультимедиа	Выполнение упражнений от отказа от нежелательных действий	<p>Предметные УУД Научатся уверенно вести себя в критической криминальной ситуации.</p> <p>Метапредметные УУД <u>Познавательные:</u> приёмы отказа от нежелательных действий <u>Коммуникативные:</u> ориентация в позиции другого, умение отказаться от нежелательных действий <u>Регулятивные:</u> действуют соответственно целям и задачам урока</p> <p>Личностные: Повышение самооценки и развитию навыков уверенного поведения.</p>
	Семьеведческий блок	6						
24-25	Мужские и женские особенности	2	март	Актуализация знаний ролевая игра «Планета мужчин и планета женщин».	Учащиеся делятся на 2 группы: «планету мужчин» и «планету женщин». «парад» планет: каждая «планета» рассказывает о своих достоинствах, ценностях. Затем происходит смена планет. Планету мужчин представляют юноши, а планету женщин – девушки. Проводится «антипрезентация» планет: каждая планета говорит о			<p>Предметные УУД Научатся видеть и ценить психологические особенности мужчин и женщин, их социальные функции</p> <p>Метапредметные УУД <u>Познавательные:</u> усвоят понятия мужественность, женственность, мускулизиция женщин, феминизация мужчин.</p> <p><u>Коммуникативные:</u> взаимодействие в группе <u>Регулятивные:</u> особенности женского и мужского поведения и общения</p> <p>Личностные половая идентификация</p>

					своих недостатках слабостях. Далее «планеты» обсуждают, что мешает их сближению, взаимодействию.				
26-27	Знакомство. Виды и формы знакомств	2	Март-апрель	Семинар.тренинг	<p>Анализируют эффективность различных способов знакомств.</p> <p>Выполняют упражнение: «Мой идеал юноши (девушки)». разыгрывают ситуации знакомства</p>				<p>Предметные УУД научатся правилам знакомства с противоположным полом.</p> <p>Метапредметные УУД <u>Познавательные:</u> знания о взаимоотношениях полов: знакомство и ухаживание. <u>Коммуникативные:</u> навыки общения с противоположным полом <u>Регулятивные:</u> соблюдение правил этикета Личностные: усвоение половеоролевых форм поведения</p>
28-29	Взаимоотношения юношей и девушек	2	апрель	Тренинг практическое занятие	<p>Выполняют тест «Взаимоотношения юношей и девушек» Сравнивают свои ответы с правильными, анализируют результаты</p>				<p>Предметные УУД Научатся этикету взаимоотношений юношей и девушек Метапредметные УУД <u>Познавательные:</u> правила этикета, нравственная сторона взаимоотношений <u>Коммуникативные:</u> навыки общения с противоположным полом <u>Регулятивные:</u> действуют соответственно усвоенным правилам Личностные формируется уважительное отношение к противоположному полу</p>
	Этический блок	6							
30-31	Нравственные законы развития	2	апрель	Усвоение нового	Обсуждают основные понятия		Сообщение по		<p>Предметные УУД Научатся регулировать своё поведение</p>

	общества. Этика. Этикет Моральные нормы и критерии поведения.			материала	<p>темы рассуждают: «Если мы с вами сделаем так, то тогда ...»;</p> <p>«Ведь в наших же силах ...»;</p> <p>«Представим, каково человеку при таких обстоятельствах... ».</p> <p>мозговой штурм о соотношении личностного и общественного в поведении и жизнедеятельност и человека</p>		теме: « Нравстве нность, этика, этикет»		<p>соответственно нравственным законам общества Метапредметные УУД <u>Познавательные</u></p> <p>усвоят понятия: нравственность, мораль, ценностный базис общества, культура межлических взаимоотношений, этика, этикет.</p> <p><u>Коммуникативные</u>: учатся рассуждать, высказывать свою точку зрения <u>Регулятивные</u>: определяют цель и личностно значимую проблему урока <u>Личностные</u>: усвоят нравственные законы</p>
32-33	Культура межлических отношений	2	май	Ролевая игра	<p>Выступают с сообщениями.</p> <p>Делятся на группы и выполняют задания: описать поведение культурного человека: в общественных местах; с незнакомыми людьми, со стариками, малышами, инвалидами; на лоне природы; наедине с собой; в общении с книгой и т.п.</p> <p>Обсуждают материалы, представленные группами, делают</p>		Примеры из лит произвед ений о поведени и культурн ого человека		<p>Предметные УУД Научатся оценивать отношения с т.з. морали Метапредметные УУД <u>Познавательные</u> усвоят понятия: моральные нормы; критерии поведения; культура поведения.</p> <p><u>Коммуникативные</u> взаимодействие в группе <u>Регулятивные</u>: действуют соответственно усвоенным нормам морали Личностные нравственно-этическая личностная позиция к миру</p>

					общий вывод о культуре человека.				
34-35	<p>Понятие чести, совести, порядочности</p> <p>Понятие добра и зла</p> <p>Последствия наших поступков для жизни общества.</p>	2	май	Ролевая игра	<p>Обсуждают домашнее задание</p> <p>Разыгрывают ситуации</p> <p>Обсуждают, принимают решение, аргументируют свою позицию</p> <p>Рассуждают и делают вывод: было ли поведение достойным.</p>				<p>Предметные УУД Научатся общепринятым формам ценностного отношения к истине, добру, красоте</p> <p>Метапредметные УУД <u>Познавательные</u> усвоят понятия: честь; совесть; порядочность; добро; зло.</p> <p><u>Коммуникативные</u> действуют соответственно выбранным ролям</p> <p><u>Регулятивные</u>: управление своей деятельностью соответственно правилам игры</p> <p>Личностные формируется потребность в постоянном осмыслении своих связей с миром, своего «Я» и объектов взаимодействия.</p>