

Согласовано Заместитель директора по УВР МОУ «СОШ № 42»  /Н.Н.Крупкина/ «31» августа 2018 г.	Утверждаю Директор МОУ «СОШ № 42»  /Т.И.Куклева/ Приказ № 1 от «01» сентября 2018 г. 
---	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету «Основы здорового образа жизни»
для обучающихся 4 «Б» класса МОУ «СОШ № 42»
Энгельсского муниципального района
на 2018-2019 учебный год

Составитель:
Шульгина Наталья Владимировна,
учитель начальных классов
первой квалификационной категории

1. Пояснительная записка

Преподавание основ здорового образа жизни (ОЗОЖ) в 4 классе ведется по региональной программе «Основы здорового образа жизни (ОЗОЖ)», программа утверждена Министерством образования и науки РФ, соответствует федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования.

Цель предмета «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.

Задачи:

- Разнообразить формы работы по формированию у учащихся культуры сохранения и совершенствования собственного здоровья.
- Обеспечить оздоровительными видами деятельности режим дня школьника.
- Разработать мероприятия, которые уменьшают риск возникновения заболеваний и повреждений, связанных с социальными аспектами жизни учащихся начальной школы.
- Пропагандировать здоровый образ жизни.
- Помочь каждому ребенку осознать свои способности, создать условия для их развития;
- Способствовать сохранению и укреплению здоровья ребенка, т.е. осуществлять личностно-ориентированный подход при обучении и воспитании.

Место учебного предмета в учебном плане

На изучение ОЗОЖ в 4 классе выделяется 17 часов (1 час в 2 недели, 17 учебных недель).

Учебно-методический комплект

1. «Святость жизни: рабочая тетрадь для учащихся 4 классов» (серия «Основы здорового образа жизни»); М.А. Павлова, А.В. Серякина, Е.В. Гусева.- Саратов: КИЦ «Саратовтелефильм» «Добродетя» 2009. – 48 с.
2. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004
3. Здоровьесберегающая деятельность: планирование, рекомендации, мероприятия/ авт. Сост. Н.В. Лободина, Т.Н. Чурилова. – Волгоград: Учитель, 2011
4. Образование в области здоровья (Методические рекомендации для учителей начальных классов)\ Под ред. М.А Павловой, О.А. Иванова – Саратов:2007.
5. «Школа докторов природы или 135 уроков здоровья» 1-4 классы/ авт. Л.А.Обухова, Н.А.Лемяскина ; М: «Вако» 2012г.

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «ОЗОЖ», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

- понимание ОЗОЖ как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека;
- понимание ОЗОЖ как средства организации здорового образа жизни.
- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.
- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «ОЗОЖ».

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.
- способность проявлять инициативу и творчество на уроках, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;

- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к учащимся в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.
- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «ОЗОЖ».

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий оздоровительной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

На этих уроках оценок нет. И на поставленный вопрос ребенок может дать любой ответ.

К концу обучения в 4 классе учащиеся должны:

Учащиеся должны знать:

- понятия основных философских категорий :забота, ответственность, бережность, любовь, красота, гармония, счастье, добро, зло;
- проявления психики, самооценности своей личности;
- свои права и обязанности в обществе и своей семье;
- механизмы создания и функционирования семьи;
- правила грамотного и ответственного воспитания детей;
- основы здорового образа жизни;
- «мужские « и «женские» обязанности;
- названия и роль важных внутренних органов человека;
- правила личной гигиены;
- меры по профилактике болезней;
- режим труда и отдыха младших школьников;
- о правильном питании человека;

Учащиеся должны уметь:

- приводить в гармонию различные стороны своей души;
- правильно вести себя с противоположным полом;
- заботиться о своём здоровье;
- знать свой организм и уметь следить за своим здоровьем;
- правильно питаться, знать, какие продукты полезны, а какие вредны для здоровья;
- что нужно делать, чтобы не заболеть;
- воспринимать себя как часть природы, уметь ориентироваться в окружающем мире;
- соблюдать правила безопасного поведения в школе, на улице;
- осознавать свое место в семье, оказывать посильную помощь дома.

3.Содержание учебного предмета

№ п/п	Тематический блок (раздел)	Кол-во часов	Содержание учебного предмета, курса по тематическим блокам	Формы организации уроков с указанием количества часов	Основные виды учебной деятельности
	Этический блок	(4 ч)	Жизнь во всех ее проявления Смысл жизни человека. Уникальность и неповторимость всех форм жизни. Самоценность личности.	Проект «Как чувства помогают человеку»- 1ч. Исследование «Неповторимость форм жизни»-1ч	Слушание объяснений учителя и одноклассников, самостоятельная работа, работа с научно-популярной литературой, отбор и сравнение материала по нескольким источникам, написание систематизация учебного материала, просмотр учебных фильмов, исследование, проектирование
	Психологический блок	(5 ч)	Развитие познавательной сферы. Развитие памяти образной и логической. Развитие внимания. Фантазия. Развитие фантазии. Развитие познавательной сферы. Отрицательные и положительные черты характера. Развитие навыков общения. Дружба – что значит настоящий друг. Агрессия- формы проявления.	Проект «Дружба – это...» -1 ч. Исследование «Мои черты характера»-1 ч	Слушание объяснений учителя и одноклассников, самостоятельная работа, работа с научно-популярной литературой, отбор и сравнение материала по нескольким источникам, написание систематизация учебного материала, просмотр учебных фильмов, исследование, проектирование

			Развитие эмпатии в реальном общении ребенка.		
	Правовой блок	(3 ч)	Гражданин и государство. Права и обязанности граждан РФ. Что значит быть и жить в настоящее время. Ответственность за жестокое поведение.	Проект «Права и обязанности граждан РФ»-1 ч. Исследование «Что значит быть и жить в настоящее время»-1 ч	Слушание объяснений учителя и одноклассников, самостоятельная работа, работа с научно-популярной литературой, отбор и сравнение материала по нескольким источникам, написание систематизация учебного материала, просмотр учебных фильмов, исследование, проектирование
	Семьеведческий блок	(2ч)	История создания праздников. Семейные праздники в традициях народов. Труд в моей семье. Труд как полезная деятельность	Проект «Семейные праздники»-1 ч. Исследование «Труд в твоей семье»-1 ч	Слушание объяснений учителя и одноклассников, самостоятельная работа, работа с научно-популярной литературой, отбор и сравнение материала по нескольким источникам, написание систематизация учебного материала, просмотр учебных фильмов, исследование, проектирование
	Медико-гигиенический блок	(3ч)	Как оценить количество и качество своего здоровья. Вредные	Проект «Как стать здоровым»-1 ч.	Слушание объяснений учителя и одноклассников,

			для здоровья вещества. Дурные привычки. Ответственность за будущее. Как стать здоровым.		самостоятельная работа, работа с научно- популярной литературой, отбор и сравнение материала по нескольким источникам, написание систематизация учебного материала, просмотр учебных фильмов, исследование, проектирование
--	--	--	--	--	---

4. Календарно-тематический план

№ уро ка	Наименование разделов, тем уроков	Кол- во часов	Дата по плану	Дата по факту	Повторение
1 триместр					
1	Этический блок. Жизнь во всех ее проявления Смысл жизни человека..	1ч	8.09		Повторяем правила поведения за столом
2	Уникальность и неповторимость всех форм жизни.	1ч	22.09		Повторяем правила гигиены
3	Самоценность личности.	1ч	6.10		Повторяем правила общения
4	Развитие эмоциональной сферы. Разнообразие чувств.	1ч	20.10		Повторяем правила дружбы
5	Психологический блок. Развитие познавательной сферы. Развитие памяти образной и логической	1ч	10.11		
6	Развитие внимания. Фантазия. Развитие фантазии.	1ч	24.11		
2 триместр					
7	Развитие познавательной сферы. Отрицательные и положительные черты характера.	1ч	8.12		
8	Развитие навыков общения. Дружба – что значит настоящий друг	1ч	22.12		
9	Агрессия- формы проявления. Развитие эмпатии в реальном общении ребенка.	1ч	19.01		
10	Правовой блок. Гражданин и государство. Права и обязанности граждан РФ.	1ч	2.02		
11	Что значит быть и жить в настоящее время.	1ч	16.02		
3 триместр					
12	Ответственность за жестокое поведение.	1ч	2.03		
13	Семьеведческий блок. История создания праздников. Семейные праздники в традициях народов.	1ч	16.03		
14	Труд в моей семье. Труд как	1ч	6.04		Повторяем навыки

	полезная деятельность				общения.
15	Медико – гигиенический блок. Как оценить количество и качество своего здоровья.	1 ч	20.04		Повторяем права и обязанности граждан РФ.
16	Вредные для здоровья вещества. Дурные привычки.	1 ч	4.05		Повторяем ответственность за жестокое поведение.
17	Ответственность за будущее. Как стать здоровым.	1 ч	18.05		Повторяем историю семейных праздников