

Муниципальное образовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа п. Новозаволжский»

«Рассмотрено»  
на заседании МО  
протокол № 1

от «30» 08. 2022 г.

*С.А. Махмутова С.А.*

«Согласовано»

Зам.директора по УВР

/Д.К.Ирмамбетова/

*Ирмамбетова*  
пр. № 1 от 30.08.22 г.

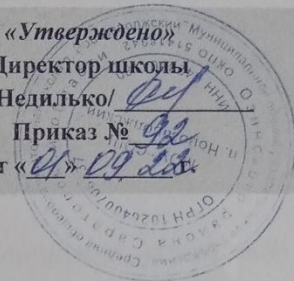
«Утверждено»

Директор школы

/ О.В.Недилько/

Приказ №

от «09» 09. 2022 г.



Рабочая программа  
по предмету  
«ОЗОЖ»  
2 класс

Учитель: Синотова И.А.

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета

от «30» 08 2022 года

## **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 и ориентирована на авторскую программу М.А.Павловой.

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

#### **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.

### **РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

#### **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 получают 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.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание учебного предмета 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 (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 семействедческого 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.

## ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ

### К концу 2 класса обучающиеся должны знать/уметь:

- 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 обучающиеся могут уметь:

- 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.

## Учебно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов
1	Этический блок	5
2	Психологический блок	6
3	Правовой блок	5
4	Семьеведческий блок	4
5	Медико-гигиенический блок	14
	<b>Всего:</b>	<b>34</b>

## Календарно-тематическое планирование по предмету «Основы здорового образа жизни» 2кл

№	Тема	Кол-во часов	Дата		примечание
			план	факт	
1	Знакомство с предметом ОЗОЖ. Что значит здоровый образ жизни?  Если хочешь быть здоров.	1			
2	Зачем я на этой земле.	1			
3	Я часть природы	1			
4	Красота окружающего мира.	1			
5	Красота души. Красота человеческих отношений. Как сберечь красоту.	1			
6	Развитие познавательной сферы.	1			
7	Развитие эмоциональной сферы.	1			
8	Как я могу владеть своим телом. Игры на развитие пантомимики. Знакомство с навыками саморегуляции.	1			
9	Развитие навыков общения.	1			
10	Знакомство с письменным общением.	1			
11	Дружба мальчиков и девочек: культура общения полов.	1			
12	Культура поведения. Этика. Этикет.	1			
13	Культура поведения. Этика. Этикет.	1			
14	Правила поведения и красота. Правила поведения и здоровье.	1			
15	Здоровый образ жизни. Санитарно-гигиенические нормы.	1			
16	Аккуратность и опрятность.	1			
17	Чистота в доме и в школе	1			
18	Чистота в доме и в школе	1			
19	Как делают уборку дома и в школе.	1			
20	«Мужские» и «женские» обязанности.	1			
21	Мой организм - целая планета. Путешествие по этой планете и знакомство с её жителями, устройством и функционированием.	1			
22	Я хозяин своего здоровья.	1			
23	Дыхание, осанка и движение - суть жизни	1			
24	Советы наоборот: «Что нужно сделать для того, чтобы заболеть?» «Что надо есть, если хочешь стать сильнее.	1			
25	«Как легче болеть и быстро выздоравливать?»	1			
26	«Как легче болеть и быстро выздоравливать?»	1			

27- 28	Профилактика детского травматизма.	2			
29	Творчество и здоровье.	1			
30	Нехотяй (не хочу, не могу, не буду)	1			
31	Неунывайки (хочу знать, узнаю, могу и смею). На вкус и цвет товарищей нет.	1			
32- 33	Питание и здоровье.	2			
34	Итоговое обобщение	1			