

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение –  
средняя общеобразовательная школа с. Новосельское  
Аркадакского района Саратовской области

РАССМОТРЕНО На заседании ШМО учителей начальных классов Руководитель ШМО  Т.В. Шмелева Протокол №1 от 26.08.2019г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР  Н.Н. Брехантова <u>26</u> .08.2019г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ-СОШ с. Новосельское  - Н.А. Шумарина Приказ № <u>146</u> от <u>29</u> .08.2019г.
--	---	--



Рабочая программа  
по основам здорового образа жизни  
  
2 – 3 классы  
(Приложение к ООП НОО 2019-2023 гг.)

Составитель: учитель начальных классов  
Гуреева Ольга Николаевна,  
1 квалификационной категории

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
протокол №1 от 26.08. 2019г

Рабочая программа по предмету «ОЗОЖ» составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО.

Планирование составлено на основе авторской программы «Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Ижевский П.В. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.» /Под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2010г.

В.В. Поляков. Основы безопасности жизнедеятельности. 2-4 кл. Москва. Дрофа, 2012

Основы безопасности жизнедеятельности. Учебно – справочный материал/ авт. – сост. И.П. Иванов – Саратов: СарИПК и ПРО Рабочая тетрадь 2 класс «Красота спасет мир», Павлова М.А., Саратов «Добродея», 2016г

2.Региональная образовательная программа «Основы здорового образа жизни» (КИЦ «Саратовте-лефильм» - «Добродея», издание второе, переработанное и дополненное). Авторский коллек-тив:Барыльник Ю.Б., Дмитриева Н.В., Текучева Е.Н.)

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы здорового образа жизни» во 2 классе**

*Личностными* результатами изучения предмета являются:

- способность к самооценке на основе наблюдения за собственным поведением;
- умение осознавать и определять свои эмоции; сочувствовать другим людям, сопереживать;
- умение чувствовать красоту природы;
- любовь и уважение к Отечеству, его языку, культуре;
- осознание ответственности за поступки.

*Метапредметными* результатами изучения предмета являются:

- умение использовать знания с целью поиска необходимой информации в различных источниках для решения учебных задач;
- способность ориентироваться в целях, задачах, средствах и условиях общения; умение выбирать адекватные языковые средства для успешного решения коммуникативных задач (диалог, устные монологические высказывания, письменные тексты) с учётом особенностей ситуаций общения;
- понимание необходимости ориентироваться на позицию партнёра, учитывать различные мнения и координировать различные позиции в сотрудничестве с целью успешного участия в диалоге;
- стремление к более точному выражению собственного мнения и позиции; умение задавать вопро-сы.

*Предметными* результатами изучения предмета являются:

- овладение начальными представлениями о нормах поведения
- умение применять знания в различных жизненных ситуациях
- творческий, целетворящий характер жизнедеятельности;
- возможность самопроектирования будущего;
- вера в осуществимость намеченного;
- внутренняя ответственность перед собой и будущими поколениями;
- стремление к обретению общего смысла своей жизни.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета в 3 классе**

*Личностными* результатами изучения предмета являются:

- способность к самооценке на основе наблюдения за собственным поведением;
- умение осознавать и определять свои эмоции; сочувствовать другим людям, сопереживать;
- умение чувствовать красоту природы;
- любовь и уважение к Отечеству, его языку, культуре;
- осознание ответственности за поступки.

*Метапредметными* результатами изучения предмета являются:

- умение использовать знания с целью поиска необходимой информации в различных источниках для решения учебных задач;
- способность ориентироваться в целях, задачах, средствах и условиях общения; умение выбирать адекватные языковые средства для успешного решения коммуникативных задач (диалог, устные монологические высказывания, письменные тексты) с учётом особенностей ситуаций общения;

- понимание необходимости ориентироваться на позицию партнёра, учитывать различные мнения и координировать различные позиции в сотрудничестве с целью успешного участия в диалоге;
- стремление к более точному выражению собственного мнения и позиции; умение задавать вопросы.

*Предметными* результатами изучения предмета являются:

- овладение начальными представлениями о нормах поведения
- умение применять знания в различных жизненных ситуациях
- творческий, целетворящий характер жизнедеятельности;
- возможность самопроектирования будущего;
- вера в осуществимость намеченного;
- внутренняя ответственность перед собой и будущими поколениями;
- стремление к обретению общего смысла своей жизни.

## Содержание учебного предмета

### 2 класс

#### «Красота спасёт мир»

Этический блок (5 ч)

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

Психологический блок (8 ч)

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

Правовой блок (5 ч)

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

Семьеведческий блок (3 ч)

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

Медико-гигиенический блок (13 ч)

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

- 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.

### **3 класс**

#### **«Во имя общего блага»**

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

Психологический блок .Этот странный взрослый мир. Как я помню то, что помню: что мы помним друг о друге и близких. Язык жестов и движений: позы, жесты, дистанция и манера одеваться. Застенчивость, агрессивность, пассивность и гиперактивность. Кто «Я» такой.

Правовой блок .Правила в жизни человека. Проявление милосердия, терпимости. Ответственность за жестокое поведение. Правила поведения в школе и на улице. Опасные ситуации. Стихийные бедствия. Правила поведения в чрезвычайных ситуациях.

Семьеведческий блок . Что такое труд. Трудом славен человек! Труд в моей семье. Что я больше всего люблю делать.

Медико-гигиенический блок . Секреты сохранения здоровья. Здоровье и благополучие. Полезные и вредные привычки. Вред применения наркотиков, алкоголя, никотина, токсических веществ.

**Формы занятий:** лекции, беседы дискуссии практические занятия, игровое моделирование, видеоуроки и домашние задания. Предполагается широкое использование технических средств, наглядных пособий. Программа составлена с учётом возрастных особенностей и проявлений сензитивности к усвоению определённых знаний на каждом уровне развития. В программе соблюдается последовательное усложнение и расширение изучаемых понятий по мере взросления ребёнка.

).



Календарно – тематическое планирование

2 класс

№ п/п	Название раздела. Тема урока.	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
	Этический блок 5 ч			
1	Знакомство с предметом ОЗОЖ. Что значит здоровый образ жизни? Вкусы и увлечения.	1		
2	Зачем я на этой земле. Учусь находить новых друзей и интересные занятия.	1		
3	Я часть природы. О чем говорят выразительные движения.	1		
4	Красота души. Учусь понимать людей.	1		
5	Опасные и безопасные ситуации. Красота души.	1		
	Психологический блок 8 ч			
6	Развитие познавательной сферы. Учусь принимать решения в опасных ситуациях.	1		
7	Развитие эмоциональной сферы. О табаке и алкоголе.	1		
8	Знакомство с навыками саморегуляции. Правда об алкоголе.	1		
9	Эмоции.	1		
10	Развитие навыков общения. Учусь понимать себя и людей.	1		
11	Властелин себя. Как я могу владеть своим телом.	1		
12	Дружба мальчиков и девочек: культура общения полов.	1		
13	Правила дружбы.	1		
	Правовой блок 5 ч			
14	Права людей.	1		
15	Культура поведения. Всеобщая декларация прав человека.	1		
16	Правила поведения и красота. Всеобщая декларация прав человека.	1		
17	Здоровый образ жизни. Право на жизнь, труд.	1		
18	Право на свободное передвижение, образование.	1		
	Семьеведческий блок 3 ч			
19	Чистота в доме и в школе	1		
20	Как делают уборку дома и в школе.	1		
21	«Мужские» и «женские» обязанности.	1		

	Медико – гигиенический 13 ч			
22	Мой организм - целая планета. Путешествие по этой планете и знакомство с её жителями, устройством и функционированием.	1		
23	Я хозяин своего здоровья.	1		
24	Дыхание, осанка и движение - суть жизни	1		
25	Советы наоборот: «Что нужно сделать для того, чтобы заболеть?» Что надо есть, если хочешь стать сильнее.	1		
26	«Как легче болеть и быстро выздороветь?»	1		
27	«Как легче болеть и быстро выздороветь?»	1		
28	Профилактика детского травматизма.	1		
29	Профилактика детского травматизма.	1		
30	Творчество и здоровье.	1		
31	Нехотяй (не хочу, не могу, не буду)	1		
32	Неунывайки (хочу знать, узнаю, могу и смею). На вкус и цвет товарищей нет.	1		
33	Питание и здоровье.	1		
34	Питание и здоровье.	1		

**Календарно-тематическое планирование  
3 класс**

№ урока	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1	Человек на планете Земля. В дружбе с природой.	1		
2	Забота и ответственность.	1		
3	Проявление заботы в окружающем мире.	1		
4	Проявление заботы в моем селе, в моей школе.	1		
5	Этот странный взрослый мир.	1		
6	Кто я такой? Какой я? Каким я хочу быть?	1		
7	Как я помню то, что помню: что мы помним друг о друге и близких.	1		
8	Как развить хорошую память.	1		
9	Внимание человека или как научиться быть внимательным?	1		
10	Язык жестов и движений: позы, жесты, дистанция и манера одеваться.	1		
11	Что такое мой характер?	1		
12	Мир моих способностей.	1		
13	С чем могут быть связаны проблемы общения?	1		
14	Леворукость и праворукость: что это такое?	1		
15	Конфликтный человек: какой он?	1		
16	Застенчивость, агрессивность, пассивность и гиперактивность.	1		
17	Правила в жизни человека.	1		



18	Проявление милосердия и терпимости	1		
19	Ответственность за жестокое поведение.	1		
20	Правила поведения в школе и на улице.	1		
21	Опасные ситуации. Как не стать жертвой преступления.	1		
22	Стихийные бедствия.	1		
23	Правила поведения в чрезвычайных ситуациях.	1		
24	Что такое семья? Всем нужен дом!	1		
25	Что такое труд? Трудом славен человек!	1		
26	Труд в моей семье. Кем я хочу стать?	1		
27	Что я больше всего люблю делать. Мужские и женские обязанности.	1		
28	Секреты сохранения здоровья. Здоровье и благополучие.	1		
29	Полезные и вредные привычки.	1		
30	Вред применения наркотиков, алкоголя, табака, токсических веществ.	1		
31	Режим дня в жизни школьника.	1		
32	Что мы едим, пьем, чем лакомимся?	1		
33	Золотые правила питания.	1		
34	Итоговый урок	1		

