

## Аннотация к рабочим программам по ОЗОЖ 5-9 класс (основное общее образование)

В системе здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений особое место отводится учебным программам, направленным на формирование у детей здоровьесберегающего мировоззрения и навыков здорового образа жизни. В нашей школе реализуется региональная программа «Основы здорового образа жизни».

Необходимость реализации образовательного курса «Основы здорового образа жизни» продиктована многими причинами. Прежде всего это ухудшение физического и психического здоровья нации. В настоящее время растет число соматических заболеваний. Нервные нагрузки приводят к обострению психических болезней. Привычными ощущениями современного человека становится потеря смысла жизни, неуверенность, беспомощность. Чтобы избавиться от душевной боли, человек прибегает к употреблению алкоголя, табака, наркотиков и других токсических веществ. Опросы свидетельствуют о том, что 40% учеников 8 – 11 классов имеют опыт употребления различных наркотических веществ, кроме того еще 20 % живут и общаются с людьми, употребляющими наркотики.

Вследствие истощения душевных и физических сил у людей повышается уровень конфликтности во взаимоотношениях, что проявляется в семейных кризисах, разводах, проблемах «отцов и детей», росте взаимного отчуждения и равнодушия в обществе. Наиболее уязвимыми категориями населения являются дети, подростки и молодежь, которым еще только предстоит сформировать свое отношение к миру, к себе, к сообществу. Особенно опасно, если становление личности у подрастающего поколения происходит в условиях деформации структуры семьи, высокого риска безработицы, неэффективности функционирования государственных структур общества, избытка информации, ухудшения состояния окружающей среды, разобщенности людей. Разрушения культурных ценностей.

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.

**Занятия проводятся в форме лекций, семинаров, бесед, дискуссий. Большое место уделяется практическим занятиям, на которых проводятся тренинги, анкетирование и тестирование, игровое моделирование**

### Учебно – тематический план

№	Тема	классы				
		5	6	7	8	9
1	Медико –гигиенический блок	8ч	6ч	8ч	8ч	9ч
2	Психологический блок	8ч	10ч	8ч	8ч	8ч

3	Правовой блок	6ч	6ч	6ч	6ч	5ч
4	Семьеведческий блок	6ч	6ч	6ч	6ч	7ч
5	Этический блок	6ч	6ч	6ч	6ч	5ч

## Содержание тем учебного курса

Программа каждого года обучения состоит из пяти блоков.

**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 .

**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 семейведческого 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 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.

### Перечень учебно – методического обеспечения

1. М.Ю.Михайлина, М.В.Лысагорская, М.А.Павлова. Здоровый образ жизни. Пособие для учащихся 7 классов. КИЦ «Саратовтелефильм» - «Добродея» 2008
2. М.Ю.Михайлина, М.В.Лысагорская, М.А.Павлова. Здоровый образ жизни. Пособие для учащихся 8 классов. КИЦ «Саратовтелефильм» - «Добродея» 2008
3. М.Ю.Михайлина, М.В.Лысагорская, М.А.Павлова. Здоровый образ жизни.

Пособие для учащихся 9 классов. КИЦ «Саратовтелефильм» - «Добродея»2008.

4. Региональная образовательная программа. Здоровый образ жизни. КИЦ «Саратовтелефильм» - «Добродея»2008.

### **Требования к уровню подготовки**

- формирование представления о гигиене и профилактике болезней; раскрытие связи состояния психики с состоянием нашего тела;

- формирование отношения к своему телу как к ценности; развивает навыки ухода за телом, правильного питания, режима труда и отдыха. Особое внимание уделяется репродуктивному здоровью, формирование негативного отношения к вредным привычкам, в том числе к употреблению наркотиков, алкоголя, табака, токсических веществ.

-расширить понятия о психике, ее строении и проявлении, структуре личности, самоанализе и саморегуляции.

-формирование и развитие 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.

- обеспечить необходимыми знаниями о правах и обязанностях человека в семье, формировать навыки правового поведения, правильное понимание свободы и необходимости.

- дать комплексные знания о механизмах создания, развития и функционирования семьи. Сформирует потребность в семье, понимание ее ценности; развить навыки эффективного семейного взаимодействия, грамотного и ответственного воспитания детей, реализации здорового образа жизни в семье; мужественности и женственности.

- расширить основные философские понятия о мире, жизни, закономерностях существования Вселенной. Сформировать такие понятия, как забота, ответственность, любовь, красота, гармония, счастье, смысл жизни, творчество, свобода, добро и зло, жизнь и смерть.