

**Аннотация к рабочей программе по  
по основам здорового образа жизни  
5-9 классы**

Рабочая программа курса ОЗОЖ для учащихся 5-9 классов составлена на основе региональной образовательной программы «Основы здорового образа жизни» Барыльник Ю.Б., Дмитриева Н.В., Елисеев Ю.Ю., Клещина Ю.В., Михайлина М.Ю., Остроумов И.Г., Орлов М.И., Павлова М.А., Петрова С.В., Рахманова Г.Ю., Свинарев М.Ю., Скуфина О.А., Текучева Е.Н. Саратов, Добродеев, 2008., с учетом рекомендаций СарИПКиПРО

**Рабочая программа ориентирована на использование учебных пособий:**

1. Михайлина М.Ю., Павлова М.А., Лысогорская М.В. Основы здорового образа жизни: Рабочая тетрадь для учащихся 5-6 классов - Саратов, Добродеев, 2009.- 64 с.
2. Михайлина М.Ю., Павлова М.А., Лысогорская М.В. Основы здорового образа жизни: Учебное пособие для учащихся 7 классов - Саратов, Добродеев, 2009.- 64 с.
3. Михайлина М.Ю., Павлова М.А., Лысогорская М.В. Основы здорового образа жизни: Учебное пособие для учащихся 8 классов - Саратов, Добродеев, 2009.- 64 с.
4. Михайлина М.Ю., Павлова М.А., Лысогорская М.В. Основы здорового образа жизни: Учебное пособие для учащихся 9 классов - Саратов, Добродеев, 2009.- 64 с.
5. Павлова М.А., Серякина А.В., Гусева Е.В. Желая изменить мир, начну с себя: рабочая тетрадь для учащихся 1 классов. (серия «Основы здорового образа жизни»). – Саратов: КИЦ «Саратовтелефильм» «Добродеев» 2009. – 48 с.

Курс программы рассчитан на 35 часов в год, т.е. 1 час в неделю, часы взяты из регионального компонента.

Программа является научной, комплексной и последовательной системой обучения и воспитания здорового образа жизни, и призвана, позитивно повлиять на сложившуюся в обществе систему, так как позволит сформировать новое отношение к здоровью на уровне установок, навыков и умений. Осуществление здорового образа жизни предполагает формирование зрелой личности, которая характеризуется дисциплиной ума, эмоций и поступков. Такая личность обладает способностью приводить в полное равновесие свои мысли, чувства и действия. Неотъемлемая часть процесса формирования культуры здоровья - обучение здоровью.

**Цели:**

- формирование личности,
- способность реализовать себя максимально эффективно в современном мире,
- творчески относиться к возникающим проблемам,
- владеть навыками саморегуляции и безопасного поведения.

Программа предусматривает в получении учениками 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.

Содержание программы предполагает изучение вопросов философии, этики, морали, психологии, социологии, экономики, правоведения, семейведения, 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.