**МОУ «Средняя общеобразовательная школа с. Теликовка Духовницкого района Саратовской области»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **«Согласовано»**  Руководитель ШМО:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.И. Булыкина.( ( Протокол №\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ . «\_\_\_ »\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_200\_ г  | **«Согласовано»** Зам. руководителя по УВР МОУ «СОШ с. Теликовка» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М. А. Морозова«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 200 \_\_\_ г. | **«Утверждаю»**Директор МОУ «СОШ с. Теликовка»:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е. В. БалтаеваПриказ №\_\_от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 200\_\_ г. |

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА**

**Балтаевой Юлии Петровны**

**(I категория)**

**по предмету «Основы здорового образа жизни»**

 **7 класс**

 Рассмотрено на заседании

 педагогического совета

 протокол №\_\_\_

 от «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_200\_ г.

**2011-2012 уч. год**

**Пояснительная записка**

 **Рабочая программа по ОЗОЖ составлена** на основе Программы для общеобразовательных учреждений по ОЗОЖ для 5-9 классов (составители: М.В. Лысогорская, М.М. Орлова, М.А. Павлова, Т.В. Парсикова, М.А. Тяпкина, под редакцией Н.П. Смирнова), рекомендованной Министерством образования и Министерством здравоохранения Саратовской области.

**Основные идеи** курса:

- интеграции учебных предметов (ОЗОЖ, экология, биология, физическая культура, история);

- гуманизации образования;

- соответствия содержания образования возрастным закономерностям развития школьников;

- личностной ориентации содержания образования;

- пробуждение у семиклассников интереса и развития доверия к самому себе, на понимание своих возможностей, способностей, особенностей характера;

- формирование у учащихся нового отношения к своему здоровью на уровне установок, навыков и умений;

- формирование у учащихся готовности использовать усвоенные знания, умения и способы деятельности в реальной жизни для решения практических задач (**ключевых компетентностей**: в общении, познавательной деятельности).

Данный учебный курс актуален в настоящее время, так как у школьников наблюдается ухудшение физического и психического здоровье, растет число соматических заболеваний, нервные нагрузки приводят к обострению психических болезней. Привычными ощущениями современного человека становится потеря смысла жизни, неуверенность, беспомощность. Особенно опасно, если становление личности у подрастающего поколения происходит при деформации структуры семьи, высокого риска безработицы, неэффективности функционирования государственных структур общества, избытка информации, ухудшения состояния окружающей среды, разобщенности людей, разрушения культурных ценностей.

 В этих условиях курсу «Основы здорового образа жизни» отводится особая роль по подготовке подростков к взрослой жизни.

**Цель курса**: формирование личности, способной реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками саморегуляции и безопасного поведения.

**Задачи курса**:

**Образовательные:**

- формирование у школьников знаний о взаимосвязи компонентов природы;

- формирование у учащихся системы интеллектуальных практических умений по изучению, оценке и улучшению состояния своего физического и психического здоровья;

- способствовать формированию у школьников предметных умений и навыков: умения работать с различными источниками знаний, наблюдать и описывать природные и социальные объекты и явления, сравнивать их, вести наблюдения в природе и за жизнедеятельностью человека;

- создать условия для формирования у учащихся **компетентностей: здоровьесберегающей, познавательной деятельности, ценностно-смысловой ориентации в мире, гражданской.**

**Развивающие:**

- создать условия для развития у школьников интеллектуальной, эмоциональной, мотивационной и волевой сферы;

 - развивать у учащихся все виды памяти, внимания, мышления, воображения, эстетических эмоций, положительного отношения к учёбе, умения ставить цели через учебный материал каждого урока, использование на уроках ТСО, художественных произведений, стихов, загадок, определение значимости любого урока для каждого ученика;

- развитие волевой сферы – убеждения в возможности решения психологических, правовых, семейных, медицинских проблем, стремления к распространению знаний о здоровом образе жизни и личному участию в практических делах по сохранению жизни своей и окружающих.

**Воспитательные:**

**-** воспитывать потребности (мотивов, побуждений) поведения и деятельности, направленных на сохранение своего здоровья, ответственного отношения к окружающей среде как фактору здоровья, бережного отношения к учебному оборудованию (**компетентность деятельности)**, умение работать в коллективе на уроках, в процессе выполнения творческих и работ, планирования и реализации ученических исследований и проектов (**компетентность социального взаимодействия**.

В 7 классе на реализацию курса «Основы здорового образа жизни» согласно базисному учебному плану из регионального компонента выделено **35 учебных часа** (из расчёта 1 ч/нед.).

Предлагаемая 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.

**Содержание программы**

Данная программа предполагает изучение вопросов философии, эти­ки, морали, психологии, социологии, правоведения, семьеведения, физиологии, анатомии и гигиены человека в аспекте пропаганды, обучения и воспитания здорового образа жизни.

**Форма деятельности:**

* **Теоретические занятия:**
* лекции
* беседы
* дискуссии
* **практические занятия:**
* тренинги
* анкетирование
* и тестирование
* игровое моделирование.
* совместные занятия родителей и детей

**Индивидуальные и груп­повые консультации.**

**технические средства:**

* аудио- и видеотехника,
* наглядных пособий (таблиц, схем, фотографий и др.)

Программа обучения состоит из пяти блоков.

Основные **виды контроля** осуществляются в устной, письменной, тестовой, практической формах и в их сочетании. К ним относятся: индивидуальный, групповой и фронтальный опрос с использованием контрольных вопросов и заданий, содержащихся в учебно-методических пособиях и дидактических материалах, дидактические тесты, творческие и практические работы, исследования, сообщения, проекты.

С целью поддержания и стимулирования учебной мотивации школьников, поощрения их активности и самостоятельности, расширения возможностей обучения и самообучения, а также развития навыков рефлексивной и оценочной (самооценочной) деятельности обучающихся планируется ввести современную эффективную форму оценивания – **портфолио работ**. Это собрание различных творческих, проектных, исследовательских работ ученика, а также описание основных форм и направлений его учебной и творческой активности: участие в исследованиях конкурсах, конференциях.

**Промежуточный контроль** проводится в виде тестов.

 **Административных контрольных** - 2 часа.

**ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**7 КЛАССА**

**ПО КУРСУ «ОЗОЖ»**

**Знать:**

- вопросы отношения к окружающему миру

- правила поведения в тренинговой группе

- формы поведения человека (успешные и неуспешные, уверенное и неуверенное, грубое)

- права человека, соблюдение которых способствует его уверенности в себе

- статьи из Уголовного кодекса РФ

- что такое расслабление

- что такое чувство собственного достоинства

- что такое просьба

- что такое генеалогическое дерево своей семьи

- что такое семейные реликвии

- что такое семейные традиции

- что такое личная гигиена

- о таинстве появления на свет

- как ухаживать за ребенком

- о факторах окружающей среды, влияющих на здоровье человека

- виды искривления позвоночника,

- о профилактике нарушения осанки

- правила закаливания

**Уметь**

- характеризовать взаимосвязь элементов живой природы

- характеризовать правила поведения в обществе

- характеризовать основные способы принуждения

- характеризовать способы противостояния принуждению

- характеризовать понятие семейные реликвии

- слушать собеседника

- овладевать вербальными и невербальными формами поведения

- выявлять зависимость уверенности и неуверенности от других людей

- определять, что такое чувство собственного достоинства

- отстаивать свои права

- высказывать просьбу

- принимать согласие или отказ о её выполнении.

- различать успешные и неуспешные формы поведения в реализации своих прав

- уверенно вести себя в определенных ситуациях

- составлять генеалогическое древо своей семьи

- пользоваться средствами личной гигиены

- вооружиться навыками безопасного взаимодействия с миром.

- осуществлять собственный индивидуальный выбор в отношении с миром, развивать способность самостоятельно строить свою судьбу

- характеризовать процесс рождения ребенка

- характеризовать состояние окружающей среды обитания

- проводить закаливание организма

- правильно сидеть при работе за столом

**Перечень учебно-методического обеспечения**

 ***Оборудование и приборы:***

 - технические средства: компьютер, проектор, интерактивная доска

***Дидактические материалы:*** компьютерные презентации, УМП учебных проектов

**Список литературы**

***Методические и учебные пособия***

 1. Основы здорового образа жизни: Программа для средних классов общеобразовательных учреждений и

 методически рекомендации для учителя. /О.П. Аккузина, Ю.И. Буланый, Т.В. Кобзева и др. – Саратов: Слово, 2001. – 98 с.

 2. Здоровый образ жизни. Рабочая тетрадь для учащихся 5-6-х классов./ М.Ю. Михайлина, М.В.

 Лысогорская, М.А. Павлова. – Саратов: Добродея, 2009. – 64 с.

**Учебно-тематическое планирование**

**по курсу «ОЗОЖ»**

*Классы:* 7

*Учитель:*  Балтаева Ю.П.

*Количество часов* 35

*Всего* \_\_35\_\_\_ час; *в неделю* \_\_1\_\_ час.

*Плановых контрольных уроков* \_нет\_\_, *зачетов* \_\_\_, *тестов* 2 ч.;

*Административных контрольных уроков* \_\_\_ч.

*Уроков с использованием ИКТ –* 8 ч. (23%)

*Проектная деятельность –* 4 ч. (11%)

Планирование составлено на основе Программы для средних классов общеобразовательных учреждений, рекомендованной экспертным научно-методическим советом Министерства образования Саратовской области

**Учебно-тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование тем, разделов | Всего часов  |
| 1 | Этический блок | 6 |
| 2 | Психологический блок  | 8 |
| 3 | Правовой блок | 7 |
| 4 | Семьеведческий блок  | 6 |
| 5 | Медико-гигиенический блок  | 9 |
|  |  **Итого:** | 35 |

**Содержание учебного курса**

***«По законам Вселенной»***

*(1час в неделю, всего-35 часов)*

***Этический блок (6 часов)***

Нравственные законы развития общества. Нравственность. Мораль. Ценностный базис общества. Культура межличностных отношений. Этика. Этикет. Нравственные категории. Понятие чести, совести, порядочности. Понятие добра и зла. Моральные нормы и критерии поведения. Последствия наших поступков для жизни общества.

***Психологический блок (8 часов)***

Способности человека. Задатки, способности, одаренность, талант, творчество. Развитие собственных способностей в рамках самовоспитания.

Способность комбинирования, Способность выделять характерное и существенное в предмете. Способность выделять индивидуальные особенности других люде учитывать их при построении собственных действий.

Ассоциативный фундамент воображения. Способность создавать образные обобщения. Способность видеть в одном предмете признаки других. Навыки коллективного творчества.

Способность создания образов принципиально новых предметов. Способность смотреть на мир непредвзято, воспринимать предметы во всем потенциальном богат­стве их признаков и функций.

Самосознание, самопринятие, конструктивное реагирование на ситуацию обиды. Преднамеренное и непреднамеренное нанесение обиды, переживание обиды, выраже­ние обиды и досада.

***Правовой блок (6 часов)***

Преступления против морали. Возраст наступления уголовной ответственности (14 лет).

Понятие преступления (противоправное общественно опасное деяние предусмот­ренное УК РФ).

Преступления против семьи и несовершеннолетних. Воровство, бродяжничество, распространение наркотиков, проституция.

Умение сказать «нет» в критической ситуации.

***Семъеведческий блок (6 часов)***

Женские и мужские особенности: мужественность и женственность. Различия мужчин и женщин: физиологические, психологические, социальные. Понятие мужест­венности в различные исторические эпохи. Современные отношения мужчин и жен­щин. Процессы феминизации мужчин и мускулизации женщин.

Знакомство. Виды и формы знакомств. Особенности современных форм зна­комств. Проявление мужской и женской инициативы при знакомстве. Взаимоотноше-

***Медико-гигиенический блок (8 часов)***

Здоровье - нравственная категория. Болезни, как безответственность и невежест­во.

Воздействие стресса на организм. Создание установки на благополучие.

Обзор различных систем «Здорового образа жизни».

Возрастные особенности режима дня, труда и отдыха, питания подростка. Гигиена сна.

Гигиена одежды и обуви. Детская косметика. Уход за кожей. Гигиенические аспекты работы на компьютере.

***Этический блок(6часов)***

*Занятие 1. Нравственные законы развития общества. (1 ч)*

**Цель:** Сформировать представления о нравственных законах развития общества, как об одном из основных спосо­бах нормативной регуляции действий человека в обществе, регуляции поведения и сознания человека во всех сферах об­щественной жизни.

**Основные понятия:** общество, нравственность, мораль, ценностный базис общества, культура межчеловеческих взаимоотношений, этика, этикет.

**Методические рекомендации.**

Девиз занятия: «Циник знает всему цену, но не знает ценности» (О. Уайльд).

В начале занятия педагог выносит на обсуждение основные понятия темы (по ходу обсуждения педагог дает точ­ные и емкие определения понятий). Затем, апеллируя к разуму, творчеству, нравственности ребенка выводит школьников к личностному восприятию и отношению к нормам морали. Ключевыми в диалоге могут быть фразы «Если мы с вами сделаем так, то тогда ...»; «Ведь в наших же силах ...»; «Представим, каково человеку при таких обстоятельствах...».

Далее рекомендуется организовать мозговой штурм с целью определения соотношения личностного и обществен­ного в поведении и жизнедеятельности человека. Выводом может служить потребность в этикете, как регуляторе этого соотношения.

Подчеркиваем: образование становится этическим только тогда, когда в сознании каждого участника процесса (школьника, педагога и т. д.) сложилось понятие «человек», отражающее обобщенное ценностное отношение вообще к человеку как таковому.

*Занятие 2. Последствия наших поступков для жизни общества (1 ч)*

**Цель:** Вывести школьников за пределы предметного взаимодействия с миром, актуализировать личностное отно­шение и ответственность перед обществом за последствия наших поступков.

**Основные понятия:** поступки и их последствия; свободная воля человека; сознательность и ответственность за поступки.

**Методические рекомендации.**

В начале занятия педагог предлагает школьникам ознакомиться с рассказами «И грянул гром», «Каникулы» (рас­сказы могут быть прочитаны заранее, в качестве домашнего задания). Затем организуется обсуждение этих произведений. В ходе обсуждения педагог выводит школьников на осмысление жизни и собственных поступков с философских пози­ций, способствует развитию у школьников обобщенного отношения к жизни как к таковой, ценностному отношению к собственной жизни и жизни любого живого существа.

В заключении педагог проводит исторические примеры, где прослеживаются последствия поступков людей для жизни общества (желательно использовать примеры из Российской истории).

*Занятие 3-4. Нравственные категории. Понятия чести, совести, порядочности. Понятия добра и зла. (2 ч)*

**Цель:** Упражнение детей в общепринятых формах ценностных отношений к истине, добру, красоте; формирование потребности в постоянном осмыслении своих связей с миром, своего «Я» и объектов взаимодействия.

**Основные понятия:** честь; совесть; порядочность; добро; зло.

**Методические рекомендации.**

Занятие рекомендуется провести в форме ролевой игры. Фабула игры такова. На плоту 5 мест для путешественни­ков. Они плывут по реке, вокруг необитаемые берега. Вдруг что-то случилось: волной смыло съестные припасы; волной смыло маршрутную карту; загрустила Дама, единственная среди юношей на плоту; по берегу бежит какой-то человек, просит взять его на плот шестым; пошел сильный, холодный дождь и т.д. Что делает человек в подобной ситуации? Реак­ции участников находятся под наблюдением зрителей.

По завершении ролевой ситуации зрители сообщают о своем мнении: было ли поведение достойным. Момент движения плота обозначается музыкой (например, Генделя, «Музыка на воде»). Участники игры не рассуждают о том, что следовало бы делать, а совершают действия, которые они считают необходимыми в создавшихся условиях.

Ученики собираются в группы по 5-6 человек и определяют для себя смысл понятий «добро» и «зло». Далее пред­ставители от групп зачитывают формулировки и определения. Педагог организует обсуждение. В конце занятия форми- I руется окончательное определение. Важно, чтобы прозвучал личностный смысл, вкладываемый каждым школьником в ! определение понятий «добро» и «зло». Актуальным будет обсуждение понятий «ложь во благо», «все средства хороши» и т.д.

*Занятие 5-6. Моральные нормы и критерии поведения. (2 ч)*

**Цель:** Определить критерии поведения, обозначить моральные нормы поведения.

**Основные понятия:** моральные нормы; критерии поведения; культура поведения; научение; приучение.

**Методические рекомендации.**

I

Занятие начинается с повторения пройденного материала. Педагог акцентирует внимание на том, что, предоставив личности свободный выбор в организации собственной жизни, поставив ее в состояние постоянного духовного усилия по решению жизненных проблем, мы не можем оставить личность без опоры на человеческий опыт.

Сконцентрированный в высших ценностях, жизненный опыт передается посредством этих ценностей: в категории Добра сфокусировалось отношение к людям; в категории Истины отразилось отношение к разуму, познающему законо­мерности мира; категория Красоты обозначилась в жажде гармонии мира; ценности - Свобода, Совесть и Счастье харак­теризуют итоговые представления человека о достойной жизни; ценности *-* Труд, Познание, Общение, и Игра указывают на открытые человечеством деятельностные способы созидания достойной жизни. Иерархия ценностей невоспроизводи­ма и строго индивидуальна.

Педагог, как представитель человеческой культуры, направляет внимание детей на высшие ценности, ставя перед собой задачу сформировать предпочтительное отношение к ним, хотя ребенок стоит перед сложным выбором так как су­ществует огромное количество лжеценностей.

Далее педагог выстраивает «мостик» от нравственных ценностей к моральным нормам и критериям поведения. Класс делится на группы по 3-4 человека. Каждая группа получает задание описать поведение культурного человека: в общественных местах; с незнакомыми людьми, со стариками, малышами, инвалидами; на лоне природы; наедине с собой; в общении с книгой и т.п.

После обсуждения материалов, представленных группами, делается общий вывод о культуре человека. В заверше­нии второго занятия предлагается каждому участнику обсуждения продолжить фразу «Культурный человек......».

***Психологический блок(9) часов)***

*Занятие 7. Способности человека. (1 ч)*

**Цель:** Дать представление о способностях, их составляющих и их развитии.

**Основные понятия:** задатки, способности, одаренность, талант, творчество; структура способностей, составляю­щие элементы творческого процесса; основные функции одаренности в рамках обеспечения максимального приспособле­ния к миру; специальная одаренность; личностные образования, составляющие основу творческой одаренности.

**Методические рекомендации**

В рамках лекции необходимо сформировать отношение к способностям, как к возможности наиболее эффективно­го приспособления к реальности. Анализ понятий: Способности, одаренность, талант, желательно рассмотреть с точки зрения особенностей творческой личности. Необходимо предложить направление развития собственных способностей учащихся в рамках самовоспитания.

В психологическом блоке педагог проводит тренинг воображения. Комплекс игр оказывает положительное влия­ние не только на воображение и мышление школьников, но и в ряде случаев на их эмоциональное состояние, коммуника­тивные качества.

**Тренинг воображения.**

*Занятие 8 (1 ч)*

**Цель:** Развить способности комбинирования. Обучить выделять наиболее характерные признаки предмета, сопос­тавлять их друг с другом, образовывать всевозможные их сочетания, создавать целостные образы и понятия по отдель­ным разрозненным характеристикам.

**Основные понятия:** Характерные признаки предмета, целостные образы, комбинирование.

**Методические рекомендации**

Школьники обучаются выделять наиболее характерные признаки предмета, сопоставлять их друг с другом, образо­вывать всевозможные их сочетания, создавать целостные образы и понятия по отдельным разрозненным характеристи­кам.

**Упражнения:** «Загадывание предмета с помощью пары других предметов», «Отгадывание предмета по паре дру­гих предметов». « Перехват закодированных сообщений».

**«Загадывание предмета с помощью пары других предметов».**

Называется какой-либо хорошо известный всем предмет (явление, существо), например, змея. Нужно назвать два других предмета, в целом мало похожих на заданный, но таких, сочетание которых по возможности однозначно бы его определяло, т.е. как бы замаскировать, закодировать его другими предметами. В данном случае могут быть названы, на­пример, горная дорога и кожаное портмоне (синтез некоторых их признаков: удлиненности, узости и извилистости доро­ги и особенностей поверхности портмоне - являющиеся признаками змеи) или ручей и мышь (длинное извивающееся и подвижное, живое, с головой, глазами), или веревка и ветер (удлиненное и извивающееся) и т.д. В течение ограниченного времени (5-7 мин) следует найти как можно больше вариантов такого загадывания и выбрать наилучший. Предложенные участниками игры ответы обязательно обсуждаются и обосновываются. По результатам обсуждения определяется побе­дитель, а также формулируется наиболее точный и оригинальный ответ, который может быть продуктом коллективного творчества.

Эта игра развивает способность быстро выделить в предмете наиболее характерные для него признаки и находить другие предметы, имеющие как сходные, так и не сходные с ними признаки. Указанные операции составляют основу комбинирования, являющегося одним из приемов воображения.

**«Отгадывание предмета по паре других предметов»**

Описываемая игра противоположна предыдущей. Руководитель игры (а в дальнейшем и сами игроки) называют пары предметов, которые, по их мнению, однозначно кодируют некоторый третий задуманный ими предмет (например, задумав «фонтан», говорят: «дерево» и «ливень»), предлагая участникам игры отгадать задуманное. При этом задачей иг­роков является записывание как можно большего числа разнообразных предметов (так, в нашем примере это может быть дельта реки: вода «ветвится» подобно дереву, сыплющиеся опилки и т.д.). Побеждает тот, кто наряд}' с задуманным предметом назовет наибольшее число других, особенно неожиданных предметов и четко обоснует свои ответы.

**«Перехват закодированных сообщений».**

Эта игра является синтезом двух предыдущих. В качестве основных игроков в ней участвуют четыре человека, иг­рающие два на два. Первый передает своему партнеру закодированные с помощью пары предметов слово, и партнер дол­жен в течение ограниченного времени (например, 30с. или 1 мин.) дать однозначную ее расшифровку. Два других игрока (два «противника»), услышав сказанное первым игроком, должны в течение этого же времени записать свой вариант расшифровки. Одна из сторон получает призовой балл только в том случае, если противная сторона не сумела отгадать задуманное. Если отгадали обе стороны, балл не засчитывается. Если первый игрок неудачно закодировал слово, его сто­рона получает штрафной балл.

Игра организуется так, чтобы каждая сторона по очереди называла свои закодированные, а внутри каждой стороны эту функцию выполняли бы оба партнера попеременно. Остальные играющие обеспечивают составление слов, подлежа­щих передаче в зашифрованном виде, и их распределение по жребию между четырьмя игроками, а также выполняют су­дейские функции во время игры.

В этой игре развивается способность загадывать предмет так, чтобы при этом сочеталось одновременно хорошая его замаскированность (от противников), и однозначная его расшифровываемость (для партнера), а также умение выде­лять индивидуальные особенности воображения и мышления других людей и учитывать их при построении собственных действий.

*Занятие 9 (1 ч)*

**Цель:** Развитие ассоциативного фундамента воображения. Формирование гибкости мышления. **Основные понятия:** Ассоциации, гибкость, мышление, воображение. **Методические рекомендации**

Формирование гибкости мышления и развитие ассоциативного фундамента воображения проводится с помощью серии упражнений.

**Упражнения:** «Передача закодированных слов по испорченному телефону». «Передача ассоциаций по цепочке», самостоятельное составление ассоциативных цепочек.

**«Передача закодированных слов по испорченному телефону»**

Игроки рассаживаются, образуя цепочку. Первый игрок получает от ведущего некоторое слово, например, «само­лет». Его задача - быстро закодировать его с помощью пары других предметов (Например ...синица...- летает, с крыльями, хвостом, и ... напильник... - металлический, тяжелый) и передать второму игроку эти два слова. Второй игрок по этим двум словам должен синтезировать некоторый целостный предмет, закодированный в них. Например, он может предпо­ложить, что это... граната... (шероховатая, металлическая, тяжелая - от напильника... округлая, продолговатая, летает по воздуху - от ... синицы), и передает это слово третьему игроку. Третий кодирует принятое сообщение по-своему (напри­мер, «метательный диск» - гранату метают, и «обвал в горах» - грохот и облако пыли) и в таком виде передает его четвер­тому. Четвертый раскодирует и т.д.

Передача каждого сообщения осуществляется письменно, на узких полосках бумаги. Чтобы интенсифицировать игру и уменьшить простой игроков, уже передавших свои сообщения, ведущий, не дожидаясь прохождения первого сло­ва по всей цепочке, называет первому игроку новое слово, которое он должен закодировать для второго игрока, и т.д. Для подготовки сообщения вводится ограничение времени, не уложившийся в него штрафуется выходом из середины цепоч­ки и занятием места в самом ее начале, перед первым игроком. В дальнейшем процесс игры, зафиксированный на бумаж­ных полосках, подробно обсуждается. Играющие обосновывают, почему одни отгадывания и загадывания им кажутся удачными, а другие неудачными, и вместо последних предлагаю собственные, более удачные, по их мнению, варианты ответа.

**«Передачи ассоциаций по цепочке»**

Игроки рассаживаются, образуя цепочку. Ведущий дает первому игроку полоску бумаги с написанной на ней фра­зой, например «во время грозы следует закрывать окно». Первый игрок должен на другой полоске быстро записать одну из понравившихся ему ассоциаций и передать второму игроку, тот записывает на полоске свою ассоциацию и передает третьему и т.д. В результате может образоваться, например, такая ассоциативная цепочка: «Шаровая молния, влетевшая в комнату; Сильный пожар в доме. - Ноль один (телефонный номер, который может быть воспринят как футбольный счет) - Спартак (футбольная команда, но может быть воспринят и как руководитель восстания рабов) и т.д.»

При обсуждении итогов игроки анализируют полученную ассоциативную цепочку и предлагают в каждом случае другие, более оригинальные ассоциации

*Занятие 10 (1 ч)*

**Цель:** Формирование способности создавать образные обобщения. Развитие способности видеть в одном предмете признаки других. Отрабатывается навык коллективного творчества.

**Основные понятия:** Творчество, восприятие, образные обобщения, совместимые признаки и несовместимые при­знаки.

**Методические рекомендации**

Развитие способности видеть в одном предмете признаки других. Отрабатывается навык коллективного творчест­ва. Упражнения «Перечень возможных ошибок в восприятии предметов», «Поиск сравнений», «Передача сравнений по цепочке».

**«Перечень возможных ошибок в восприятии предметов»**

Называется какой-либо предмет (иногда и некоторые черты окружающей его обстановки), например «лежащая на столе меховая шапка» Нужно выписать как можно больше названий других предметов, за которые может быть принят за­данный предмет в условиях затрудненного видения (например, при вспышке света лишь на мгновение, в полумраке, в ту­мане и т.п.). В данном случае это могут быть, например, кошка, наполовину спущенный волейбольный мяч, чья-то ма­кушка, высунувшаяся из-под проломанной крышки стола, и т.д. Эта игра формирует способность видеть в одном предме­те признаки других, иногда очень далеких от него по смыслу, но сходных по некоторым характерным внешним очертани­ям, и на этой основе создавать образные (в отличие от понятных) обобщения.

**«Поиск сравнений»**

Описывается некоторый предмет или ситуация, например «зеркало сверкало в лунную ночь, как ...» Нужно подоб­рать как можно больше сравнений ( другими словами, вариантов окончания этого предложения). Сравнения могут быть банальными («как поверхность озера») и довольно неожиданными ( «как экран телевизора во время показа рок-парада», «как белое платье девушки, идущей на первое свидание»). Побеждает автор наиболее оригинального сравнения.

**«Передача сравнений по цепочке»**

Первый игрок, получив от. ведущего полоску с описанием какого-либо явления например «рядом прогромыхал по­езд», должен в течение короткого времени подобрать к нему сравнение и, записав его на другой полоске (опустив слово «как», например, «барабанная дробь»), передать второму игроку который в свою очередь должен подобрать сравнение к этому явлению (например, «шум в ушах при головной боли») и т.д. При обсуждении результатов игрокам предлагается в каждом случае подбирать альтернативные, более оригинальные сравнения, поощряется также и коллективное творчество.

*Занятие 11 (1 ч)*

**Цель:** Формирование одного из основных приёмов воображения - комбинирование признаков различных предме­тов, совмещение того, что несовместимо в обычных условиях. Развитие способности создания образов принципиально новых предметов. Развитие способности совмещать признаки совершенно не похожих друг на друга и далёких по смыслу предметов. Развитие способности создавать при совмещении двух различных предметов нарочито необычную смесь. Раз­витие способности смотреть на мир непредвзято.

**Основные понятия:** комбинирование, совместимые и несовместимые признаки.

**Методические рекомендации**

Развитие способности создания образов принципиально новых предметов, развитие способности совмещать при­знаки совершенно не похожих друг на друга и далеких по смыслу предметов, развитие способности создавать при со­вмещении двух различных предметов нарочито необычную смесь достигается через выполнение упражнения «Формули­ровка вопросов по двум заданным словам». Развитие способности смотреть на мир непредвзято формируется с помощью упражнения «Формулировка необычных вопросов о предмете».

**«Формулировка вопросов по двум заданным словам»**

Называются любые два предмета например «газета» и «верблюд». Нужно составить как можно больше разнооб­разных вопросов, в которых обязательно использовались бы заданные слова, прочем вопросы должны быть по возможно­сти необычными, иногда смешными. Так, в нашем случае могут быть записаны вопросы: «Сколько верблюдов можно за­вернуть в одну газету?», «Почему ты, читая газету, сутулишься, как верблюд?», «Почему ты, верблюд, грустишь так, как будто начитался газет про нашу теперешнюю жизнь?» Победителями оказываются авторы трех наиболее оригинальных вопросов, определяемых по итогам обсуждения.

В этой игре развивается способность создавать при совмещении двух различных предметов нарочито необычную, странную, причудливую смесь, решительно преодолевая при этом все шаблоны здравого смысла, прошлого опыта и при­вычного словоупотребления.

**«Формулировка необычных вопросов о предмете».**

Называется какой-либо предмет, например «цветок». Нужно составить как можно больше различных вопросов о нем, причем чем необычнее вопросы, тем лучше. Например. «Правда ли, что при рождении каждого человека обязательно где-то распускается цветок?», «Почему цветок не может, подобно птице, взлететь на своих лепестках?». Если участники игры поначалу испытывают трудности, можно предложить им вжиться в образ маленького ребенка, который впервые встретился с этим предметом и задает о нем нелепые или наивные вопросы. При обсуждении составленных вопросов можно попросить игроков попытаться сгруппировать их в несколько тематических блоков, например о происхождении предмета («На каком заводе собирают эти живые цветы?»), о новых возможностях его использования («Правда, что если долго смотреть на цветок, то станешь такой же красивой, как он?»), об изменении его свойств («Если бы этот цветок был мальчиком, то он дружил бы со мной?») и т.д. Составленную классификацию вопросов можно в дальнейшем использо­вать как мощный инструмент для порождения целого спектра самых разнообразных вопросов о других предметах, ко­торые будет называть ведущий.

В этой игре развивается способность смотреть на мир непредвзято, наивно, без всяких ограничений, накладывае­мых на нас рассудком, воспринимать предметы во всем потенциальном богатстве их признаков и функций, как реализо­ванных, так и нереализованных.

**Тренинг самосознания.**

*Занятие 12 (1 ч)*

**Цель:** Формирование самопринятия. Формирование навыков анализа представлений окружающих по заданной схеме.

**Основные понятия:** Принятие, самопринятие.

**Методические рекомендации**

Ритуал начала занятия.

**«Вверх по радуге»**

Участников просят встать, закрыть глаза сделать глубокий вдох и пред ставить, что вместе с этим вдохом сн>: взбираются вверх по радуге, а выдыхая - съезжают с нее. Упражнение повторяется 3 раза. После этого желающие делятся впечатлениями. Затем упражнение повторяется еще раз с открытыми пазами, причем количество повторений увеличива­ется до семи. После краткого обсуждения впечатлений учащимся предлагают простые способы расслабления (например. максимально напрячь все мускулы, а затем расслабить их). Указывается на значение каждого из этих упражнений или **их** комплекса для регуляции собственных эмоциональных состояний.

**Домашнее задание:** «Представь что ты чувствуешь, когда...» Это начало фразы записывается на доске, а сами за­дания даются школьникам на заранее заготовленных карточках. Каждый должен выполнить хотя бы два из них по собст­венному выбору: ...Тебе не хочется что-то делать, но ты настраиваешь себя на то, чтобы все-таки еде тать это (опиши или нарисуй что ты чувствуешь);

...кто-либо говорит тебе, что ты должен делать в то время как ты можешь решить самостоятельно, что тебе де~ать (опиши или нарисуй, что ты чувствуешь), придумай свое собственное приятное ощущение о чем то не совсем приятном. Вспомни когда тебе было плохо, грустно терялось самообладание, и представь что ты вполне можешь управлять собой в ситуацией (опиши или нарисуй что ты чувствуешь); забеги немного вперед, когда нужно будет что-то делать независимо от твоего желания, и попробуй в своем воображении создать к этому хорошее чувство (опиши или нарисуй «хорошее» и «плохое» чувство, что происходит, когда они сталкиваются по твоему желанию).

***Правовой блок (7 часов)***

*Занятие 15-17. Преступления против морали (3 ч.).*

**Цель:** Повышение уровня правовой информированности учащихся, формирование осознанной потребности в спе­циальной юридической и социально-психологической помощи при совершении подростком противоправных действий или если эти действия направлены против него.

**Основные понятия:** возраст наступления уголовной ответственности; преступление.

**Методические рекомендации**

Первое занятие проводится в форме лекции. Школьникам предлагается следующий материал:

Основные составы преступлений направленные против здоровья населения и общественной направленности (Гл. 25 УК РФ).

Какие преступления совершают подростки чаще всего?

Это, прежде всего кражи, грабежи, хулиганство и преступления связанные с незаконным оборотом наркотиков.

Ст. 228 УК РФ предусматривает наказание за незаконное приобретение, изготовление, хранение, перевозку, пере­сылку, либо сбыт наркотических средств и психотропных веществ.

Наркотическими средствами признаются определенные вещества растительного происхождения, лекарственные препараты, содержащие в себе наркотические вещества, которые оказывают специфическое (стимулирующее, возбуж­дающее, угнетающее и галюциногенное) воздействие на центральную нервную систему и включены в специальный спи­сок опасных для здоровья наркотических веществ.

Наказание за совершение вышеуказанного преступления следующее: за приобретение, хранение, перевозку, пере­сылку, изготовление - до 3-х лет лишения свободы, за сбыт (продажу) - лишение свободы до 7-ми лет, причем под сбы­том следует понимать любые способы возмездной или безвозмездной передачи наркотика другим: продажа, дарение, об­мен, уплата долга или дача взаймы.

Найденный наркотик конфискуют и отправляют на экспертизу. Вас, также направят в наркологический диспансер для прохождения экспертизы, затем поставят на учет у нарколога и в инспекции по делам несовершеннолетних, о чем не­замедлительно сообщат вашим родителям. При назначении наказания суд, в качестве дополнительного наказания, вправе направить вас на лечение к врачу-наркологу.

Уголовная ответственность наступает не только за изготовление, приобретение, хранение, перевозку и пересылку, в УК РФ предусмотрены и другие составы преступлений, так или иначе связанные с наркотиками.

Если вы решили угостить друга наркотиком, предложили помочь купить или дали какие-либо рекомендации о том, как нужно наркотик употребить, в каких пропорциях, как приготовить и пр., то вас могут привлечь к уголовной ответст­венности за склонение к употреблению наркотиков по ст.230 УК РФ. Вам грозит наказание в виде лишения свободы на срок до 3-х лет, либо арестом до 6-ти мес.

Если вы один или с друзьями каким-либо образом (с применением угроз или насильственных действий) заставили употребить наркотик любого человека, особенно несовершеннолетнего, то вас лишат свободы на срок от 3-х до 8 лет. а если этот человек умер или получил наркотическое отравление с тяжелыми последствиями (потеря слуха, зрения, пара­лич и пр.) вас лишат свободы на срок от 6 до 12 лет.

Если вы решили самостоятельно вырастить растение, содержащее наркотические вещества (марихуана, опийный мак и пр.) - если у вас есть самостоятельный заработок, вас могут оштрафовать или лишить свободы на срок до 8-ми лет, в зависимости от того, один вы выращивали или с товарищами, какая площадь посева, попадались вы ранее за подобное преступление или нет, состоите вы на учете у нарколога и пр., ст. 231 УК РФ.

Если вы с друзьями регулярно собираетесь у кого-нибудь дома, на даче, в подсобном помещении и употребляете наркотики, вашего товарища - хозяина помещения привлекут к уголовной ответственности по ст. 232 УК РФ за содержа­ние притона для употребления наркотических средств или психотропных препаратов и ему грозит наказание в виде ли­шения свободы на срок до 4-х лет, если признают что этот притон вы содержали вместе с друзьями, т.е. организованной группой вас всех вместе лишат свободы на срок от 3-х до 7лет.

Существуют и другие преступления, которые чаще всего совершают несовершеннолетние:

Ст. 158. Кража.

Ст. 161. Грабеж.

За эти преступления законом предусмотрено наказание до 10 лет лишения свободы.

Ст. 207. Заведомо ложное сообщение об акте терроризма.

Заведомо ложное сообщение о готовящихся взрыве, поджоге или иных действиях, создающих опасность гибели людей, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных общественно опасных последствий наказывается штрафом, исправительными работами или лишением свободы на срок до 3-х лет.

Ст. 213. Хулиганство.

Хулиганство, т.е. грубое нарушение общественного порядка, выражающее явное неуважение к обществу, сопро­вождающееся применением насилия к гражданам либо угрозой его применения, а равно уничтожением или повреждени­ем чужого имущества наказывается штрафом, либо исправительными работами, либо лишением свободы на срок до 2-х лет, если хулиганские действия вы совершили с товарищами, либо с применением оружия или предметов, используемых в качестве оружия, наказывается лишением свободы на срок до 7-ми лет.

Ст. 214. Вандализм.

Вандализм, есть осквернение зданий или иных сооружений, памятников, могил, надругательство над ними, порча имущества на общественном транспорте или иных общественных местах наказывается штрафом, исправительными рабо­тами или арестом на срок до 3-х месяцев.

Ст. 243. Уничтожение или повреждение памятников истории и культуры.

Уничтожение или повреждение памятников истории и культуры, природных комплексов и объектов, взятых под охрану государства, а также предметов или документов, имеющих историческую или культурную ценность, наказывается штрафом, исправительными работами, либо лишением свободы на срок до 2-х лет.

Ст. 245. Жестокое обращение с животными.

Жестокое обращение с животными, повлекшие их к гибели или увечье, если это деяние совершено из хулиганских побуждений, или из корыстных побуждений, или с применением садистских методов, или в присутствии малолетних, на­казывается штрафом, исправительными работами или арестом на срок до 6-ти месяцев.

Ст. 267.

Приведение в негодность транспортных средств или путей сообщения, а также средств сигнализации или связи, либо другого транспортного оборудования, а равно блокирование транспортных коммуникаций, и если эти действия по­влекли за собой смерть человека, наказывается штрафом, исправительными работами или лишением свободы на срок до 10-ти лет.

Ст. Заражение ВИЧ-инфекцией.

Наказывается лишением свободы на срок до 5-ти лет, а если ВИЧ-инфекцией был заражен несовершеннолетний, то срок увеличивается до 8 лет.

Вышеперечисленный список преступлений не ограничивается и УК РФ, предусмотрены многие другие составы преступлений, по которым осуждаются несовершеннолетние правонарушители. Если подросток совершил преступление впервые, суд учитывает его возраст и обычно в первый раз назначает наказание не связанное с лишением свободы, но ты должен знать, что при совершении любого другого следующего преступления наказание за него будет назначено реально и тебе не удастся отделаться условным сроком и придется отбывать наказание реально в колонии для несовершеннолет­них.

На практических занятиях школьникам предлагается закрепить полученные знания. Для этого предоставляется возможность поработать с юридической литературой, периодической печатью и другими источниками. Для обсуждения этих материалов используется групповая дискуссия. Эффективной формой работы над данной темой является проведение ролевой игры «Встать, суд идет».

*Занятия 18-20. Преступления против семьи и несовершеннолетних (3 ч.).*

**Цель:** Сформировать представления о правовой защищенности; о составах преступлений, направленных против несовершеннолетнего и его семьи и предусмотренных УК РФ; о поведении при совершении против тебя преступления и формах обращения за помощью.

**Основные понятия:** вовлечение в совершение преступления; жестокое обращение.

**Методические рекомендации**

Занятие проводится в форме лекции с элементами беседы.

Примерное содержание лекции.

В УК РФ существует отдельная глава, посвященная преступлениям против семьи и несовершеннолетних. Эта глава 20 и она предусматривает следующие составы преступлений:

ст. 150 Вовлечение несовершеннолетнего в совершение преступления. Каким образом происходит вовлечение и какими методами?

Прежде всего ты должен знать, что взрослым, так или иначе приглашающим тебя совершить какие-либо преступ­ные действия ты просто необходим для того чтобы самим избежать наказания или значительно облегчить себе соверше­ние преступления за твой счет. Если тебя путем обещаний, угроз или с помощью других методов вовлекают в совершение преступления, например постоять покараулить (на шухере) пока остальные куда-нибудь незаконно проникли или тебя просят залезть в форточку и открыть дверь. Знай, что ты, даже если сам ни к чему не прикоснешься и не возьмешь ничего чужого, все равно становишься соучастником преступления и подлежишь уголовной ответственности. Того человека, ко­торый вовлек тебя в совершение преступления, ждет наказание в виде лишения свободы на срок до 5 лет. А если этот че­ловек один из твоих родителей, твой учитель, или на него возложены обязанности по твоему воспитанию (опекун или по­печитель), его ждет наказание на срок до 6 лет с лишением права занимать определенные должности (воспитатель, пре­подаватель и пр.).

ст.151 Вовлечение несовершеннолетнего в совершение антиобщественных действий.

Под антиобщественными действиями следует понимать систематическое употребление спиртных напитков, одур­манивающих веществ, занятие проституцией, бродяжничеством или попрошайничеством. Подобное вовлечение наказы­вается лишением свободы на срок до 4-х лет, а если это преступление совершено твоими родителями, педагогами, опеку­нами или попечителями то срок наказания увеличивается на срок до 5 лет.

Ст. 152. Торговля несовершеннолетними.

Купля—продажа несовершеннолетнего либо совершение иных сделок в отношении несовершеннолетнего (сдача в наем и пр.) в форме его передаче и завладения им наказываются лишением свободы до 15 лет. Такие преступления взрос­лые могут производить в различных формах, в целях совершения действий сексуального характера, в целях изъятия орга­нов или тканей для трансплантации и пр.

Например: гражданка А, сдавала в аренду свою 12-летнюю дочь соседу по дому 62-летнему гражданину В. В каче­стве оплаты она брала бутылку водки. После того, как девочка рассказала своей бабушке о происходящем, гражданку А. приговорили к 6-ти годам лишения свободы, а гражданину В. назначили наказание по ст. 134 УК РФ в виде лишения сво­боды на 3 года.

Глава 18 УК РФ перечисляет преступления против половой неприкосновенности и половой свободы личности

ст. 131 Изнасилование

Т.е. половое сношение с применением насилия или угрозой его применения к потерпевшему или к другим лицам, либо с использованием беспомощного состояния потерпевшей наказывается лишением свободы на срок от 3-х до 6 лет свободы. Наказание предусматривает срок до 15 лет лишения свободы, в зависимости от обстоятельств совершения пре­ступления.

Ст. 132. Насильственные действия сексуального характера.

Мужеложство, лесбиянство, или иные действия сексуального характера с применением насилия или угрозой его применения, либо с использованием беспомощного состояния потерпевшей(шего) наказывается лишением свободы на срок до 6 лет. Наказание предусматривает до 15 лет лишения свободы.

Ст. 133. Понуждение к действиям сексуального характера.

Понуждение лица к половому сношению, мужеложству, лесбиянству или совершению иных действий сексуально­го характера путем шантажа, угрозы уничтожения, повреждения имущества или изъятием его либо с использованием ма­териальной или иной зависимости наказывается штрафом, исправительными работами, лишением свободы на срок до 1-го года.

Ст. 134. Половое сношение иные действия сексуального характера с лицом не достигшим 14-летнего возраста.

Наказывается лишением свободы на срок до 3-х лет, либо лишением свободы на срок до 4-х лет.

ст. 135 Развратные действия.

Совершение развратных действий без применения насилия в отношении лица не достигшего 14-летнего возраста наказывается штрафом, ограничением свободы на срок до 2 лет, либо лишением свободы на срок до 3-х лет.

ст.240 Вовлечение в занятие проституцией.

Путем применения насилия или угрозой его применения, шантажа, уничтожения или повреждения имущества, ли­бо путем обмана наказывается штрафом или лишением свободы на срок до 3-хлет.

ст. 156 Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего.

Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего родителем или иным лицом, на которое возло­жены эти обязанности, а равно педагогом или другим работником образовательного, воспитательного, лечебного, либо иного учреждения, обязанного осуществлять надзор за несовершеннолетним, если это деяние соединено с жестоким об­ращением с несовершеннолетним наказывается штрафом, ограничением свободы на срок до 3-х лет, либо лишением сво­боды на срок до 2-х лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельно­стью на срок до 3-х лет или без такового.

ст. 157 Злостное уклонение от уплаты средств на содержание детей или нетрудоспособных родителей.

Практические занятия проводятся в игровой форме. Возможно разыгрывание ситуаций, проявление себя в роли за­конодателей (на основе ранее изученного материала).

***Семьеведческий блок(6 часов)***

*Занятия 21-23. Женские и мужские особенности, женственность и мужественность. (3 ч)*

**Цель:** Дать учащимся понятие о специфике женского и мужского организма, о психологических особенностях мужчин и женщин, различии их социальных функций. Развить ощущение принадлежности к своему полу.

**Основные понятия:** мужественность, женственность, мускулизация женщин, феминизация мужчин.

**Методические рекомендации**

Занятия проводятся в форме ролевой игры «Планета мужчин и планета женщин». Учащиеся делятся на 2 группы: «планету мужчин» и «планету женщин». Затем происходит «парад» планет: каждая «планета» рассказывает о своих дос­тоинствах, ценностях. Затем происходит смена планет. Планету мужчин представляют юноши, а планету женщин - де­вушки. Проводится «антипрезентация» планет: каждая планета говорит о своих недостатках слабостях. Далее «планеты» обсуждают, что мешает их сближению, взаимодействию.

По окончанию игры преподаватель рассказывает о типичных противоречиях сложностях взаимоотношений, про­блеме непонимания, раскрывает, понятия мужественности и женственности.

*Занятие 24-26. Знакомство и установление отношений. Культура взаимоотношений юношей и девушек (3 ч.).*

**Цель:** Дать знания о взаимоотношениях полов: знакомство и ухаживание. Обучить правилам знакомства с проти­воположным полом.

**Основные понятия:** Знакомство, способы знакомства.

**Методические рекомендации**

На первом занятии проводится анализ эффективности различных способов знакомств. Такой анализ можно провес­ти на основе анкетирования «Мой идеал юноши (девушки)». Далее педагог обучает школьников основным элементам техники знакомства.

На втором занятии целесообразно разыграть ситуации знакомства. Например: Ситуация 1 «Знакомство в поезде (при активной позиции юноши)»; ситуация 2 «Знакомство в троллейбусе (предполагает активную роль девушки в зна­комстве)»; ситуация 3 «Знакомство в парке на скамейке (юноша настаивает на знакомстве, а девушка отказывается)». Проводится групповой анализ ситуаций, обсуждение наиболее эффективных приемов знакомства и ухаживания.

Последнее занятие желательно провести в виде ролевой игры. По сюжету игрокам необходимо познакомиться с представителями страны, язык которой они не знают.

***Медико-гигиенический блок(9 часов)***

*Занятие 27-28. Здоровье - нравственная категория.(2ч)*

**Цель:** Сформировать представление о духовном, социальном и биологическом здоровье. Сформировать отноше­ние к здоровью, как нравственной категории.

**Основные понятия:** здоровье, поисковая активность, процессы адаптации,

**Методические рекомендации**

На первом занятии педагог предлагает школьникам определение понятия здоровья как духовного, социального и биологического благополучия. Затем предлагает обсудить данное определение, выяснить почему сегодня именно так оп­ределяют здоровье. Далее предлагается обсудить вопрос действительно ли нравственная категория здоровье? Выслушав мнения школьников педагог предлагает им следующий материал. Поисковая активность как основа процессов адоптации. Здоровье и творчество. Здоровье и философия. Демокрит и учение об эвтимии - уравновешенности. Эпикур и учение оба-тараксии -спокойствии мудрого человека. Здоровье как эмоционально полное отношение к жизни. Законы нравственно­сти и здоровье. Забота, ответственность и здоровье.

На втором занятии рассматриваются такие проблемы как профилактика болезней и наука, болезни поведения, ин­фекционные болезни, болезни, передающиеся половым путем, эпидемии, иммунитет и профилактика заболеваний.

Завершает занятия вывод о связи нравственности человека и наличии или отсутствии у него болезней.

*Занятие 29-30. Здоровье и благополучие. (2ч)*

**Цель:** Сформировать представление о здоровье, благополучии, здоровом образе жизни. Сформировать мотива­цию здорового образа жизни и личную ответственность за собственное здоровье и благополучие. Познакомить с анали­зом факторов здоровья. Раскрыть зависимость благополучия человека от различных факторов.

**Основные понятия темы:** Определение здоровья и благополучия. Формирование мотивации здорового образа жизни. Психическое и физическое здоровье. Личная ответственность за собственное здоровье и благополучие. Зависи­мость благополучия человека от социальных, физических, интеллектуальных, эмоциональных и духовных факторов.

**Методические рекомендации**

Первое занятие педагог организует в форме лекции с элементами беседы. Он дает подробную характеристику ос­новным понятиям темы. Основное внимание следует уделить пониманию личной ответственности за здоровье и благопо­лучие. С целью актуализации этих понятий и для формирования мотивации здорового образа жизни рекомендуется про­вести обсуждение этих понятий используя методику неоконченных предложений(Например, «Я отвечаю за свое здоровье для того...», «Я буду вести здоровый образ жизни так, как...» и т.д.).

На втором занятии для закрепления изученного материала и определения личностного смысла понятий, рекомен­дуется организовать дискуссию. Проблемой выносимой, на дискуссию может быть проблема понимания здорового образа жизни, факторы и признаки благополучия и др.

*Занятие 31-32. Режим учебы, отдыха и питания (2 ч.)*

**Цель:** Закрепить и углубить знания о режиме дня и его значении в сохранении, укреплении здоровья и профилак­тике заболеваний.

**Основные понятия:** режим дня: определенная продолжительность различных видов деятельности при их рацио­нальном чередовании и регулярности; достаточный отдых с максимальным пребыванием на свежем воздухе; регулярное питание; гигиенически полноценный сон.

**Методические рекомендации**

Учитель характеризует основные режимные моменты, спрашивая учеников, какой режим дня у них, есть ли он. Использует таблицы с примерными схемами режима дня учащихся 1 и 2 смены. Формирует отношение детей к соблюде­нию рационального режима дня как мероприятию, необходимому для укрепления здоровья и сохранению высокой учеб­ной и трудовой активности.

Задание на дом - составить свой индивидуальный режим дня .

На втором занятии обсуждается домашнее задание и составляется «идеальный режим дня».

*Занятие 33-34. Гигиенические аспекты работы на компьютере. (2 ч)*

**Цель:** Сформировать навыки безопасной работы на компьютере.

**Основные понятия:** Гигиена рабочего места пользователя, профилактика утомляемости, нормы и правила безо­пасной работы на компьютере. Современные методы снятия утомления при работе на компьютере, требования к техниче­скому обеспечению рабочего места пользователя

**Методические рекомендации**

*Занятие 35 Заключительный урок (1 ч.)*

**Календарно – тематический план**

**уроков по предмету ОЗОЖ**

**в 7 классе**

**на 2011-2012 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | **Форма и тип урока** | **Лабораторные и практические работы,****самостоятельная учебная деятельность** | **Виды контроля** | **Дата проведе****ния** |
| **план** | **факт** |
| **Этический блок 6 часов** |
| 1 | Нравственные законы развития общества | 1 | Групповая дискуссия, мозговой штурм | Рефлексия | фронтальный |  |  |
| 2 | Последствия наших поступков для жизни | 1 | комбинированный | Эвристические задания | фронтал |  |  |
| 3 | Нравственные категории. Понятие чести и совести | 1 | Ролевая игра | Эвристические задания | фронтал |  |  |
| 4 | Нравственные категории. Понятие добра и зла | 1 | КомбинирГрупповая дискуссия | Рефлексия по теме | индивид |  |  |
| 5 | Моральные нормы поведения | 1 | комбинир | Самостоятельная работа с источниками информации | индивидуал |  |  |
| 6 | Культура поведения в обществе | 1 | Работа в группах | Эвристические задания | фронтал |  |  |
| ***Психологический блок 8 часов*** |
| 7 | Способности человека | 1 | Интерактивная лекция | Анализ понятий, психодиагностика | индивидуал |  |  |
| 8 | Тренинг воображения | 1 | тренинг | Практическая работаКомплекс упражнений и игр | фронтал |  |  |
| 9 | Развитие ассоциативного воображения | 1 | анализ практических примеров проблемных ситуаций | упражнения | фронтальн |  |  |
| 10 | Формирование способности создавать образные обобщения | 1 | Комб. групповая дискуссия; | Комплекс упражнений | фронтал |  |  |
| 11 | Формирование комбинированного воображения | 1 | Комбин. групповая дискуссия | упражнения | фронтальный |  |  |
| 12 | Формирование самопринятия | 1 | Тренинг самопознания | упражнения | фронтал |  |  |
| 13 | Формирование конструктивного реагирования в ситуации обиды | 1 | Групповая дискуссияТеатрализованная игра | упражнения | индивидуал |  |  |
| 14 | Развитие навыков регулирования эмоционального состояния | 1 | КомбинирГрупповые дискуссии | упражнения | фронталн |  |  |
| ***Правовой блок (7 часов)*** |
| 15 | Правовая информированность. Основные составы преступления. | 1 | лекция | Работа с информационными источниками (Конституция РФ, уголовный кодекс РФ) | фронтальный |  |  |
| 16 | Формирование потребности в специальной юридической помощи | 1 | КомбинирРабота в группах | Работа с юридической литературой | фронтальный |  |  |
| 17 | Ролевая игра «Встать, суд идет» | 1 | Ролевая игра | Проигрывание ситуации | фронтальный |  |  |
| 18 | Преступление против семьи | 1 | Интерактивная лекция | Упражнения, работа с юридической литературой | фронтал |  |  |
| 19 | Преступление против несовершеннолетних | 1 | Мини-лекция | Упражненияработа с юридической литературой | фронтал |  |  |
| 20 | Ролевая игра «Мне нужна помощь» | 1 | Урок-практикум | Упражнения, эвристические задания | индивидуал |  |  |
| ***Семьеведческий блок (6 часов)*** |
| 21 | Женские и мужские особенности | 1 | Лекция с элементами беседы | упражнения | фронтал |  |  |
| 22 | Женственность и мужественность | 1 | Урок-практикум | упражнения | фронтал |  |  |
| 23 | Ролевая игра «Планета мужчин и планета женщин» | 1 | Ролевая игра | Работа в группах | индивидуальная |  |  |
| 24 | Знакомство и установление отношений | 1 | Урок практикум | Работа в группах | индивидуал |  |  |
| 25 | Культура взаимоотношений юношей и девушек | 1 | Дискуссия | Практическая работа | фронтал |  |  |
| 26 | Ролевая игра «Знакомство молодых людей из разных стран» | 1 | Ролевая игра | Разыгрывание ситуации | фронтал |  |  |
|  Медико-гигиенический блок (8 часов) |
| 27 | Здоровье -нравственная категория | 1 | Интерактивная лекция |  | фронтал |  |  |
| 28 | Профилактика болезней | 1 | Работа в группах | Эвристические задания | индивидуал |  |  |
| 29 | Здоровье и благополучие | 1 | Лекция с элементами беседы | Рефлексия Методика «неоконченных предложений» |  |  |  |
| 30 | Понимание здорового образа жизни | 1 | Групповая дискуссия |  | индивидуал |  |  |
| 31 | Режим учебы | 1 | Беседа  | Упражнения анализ практических примеров проблемных ситуаций | фронтал |  |  |
| 32 | Режим отдыха и питания | 1 | Урок-практикум | упражнения анализ практических примеров проблемных ситуаций |  |  |  |
| 33 | Гигиенические аспекты работы на компьютере |  | Лекция с элементами беседы | упражнения Приемы актуализации субъектного опыта |  |  |  |
| 34 | Профилактика утомляемости | 1 | Урок-практикум | Психотренинговые упражнения, приёмы актуализации субъектного опыта | фронтал |  |  |
| 35 | Упражнения для профилактики утомляемости при работе на компьютере | 1 | Урок-практикум | Психотренинговые упражнения, приёмы актуализации субъектного опыта | индивидуал |  |  |
| ***В нижней части таблицы часы суммируются*** |
|  | ИТОГО: | 35 |  |  |  |  |  |