

**Рассмотрено**  
на заседании  
педагогического совета  
МОАУ СОШ №6 протокол  
№ от

**Утверждаю**  
Директор МОАУ СОШ № 6  
Л.Ю.Гайсина  
Приказ № от

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА  
«ЗДОРОВЬЕ»  
по формированию здорового жизненного  
стиля у обучающихся  
Муниципального общеобразовательного  
автономного учреждения  
средняя общеобразовательная школа №6  
городского округа город Нефтекамск  
Республики Башкортостан**

## **Содержание:**

1. Пояснительная записка
2. Цели и задачи программы
3. Основные направления пропаганды здорового образа жизни
4. Основные направления деятельности и предлагаемые формы работы.
6. Содержание.
7. Содержание: 1 - 4 классы  
5 – 9 классы  
10 - 11 классы
8. Социально-психологическая школьная служба.
9. Оздоровительные физкультурные мероприятия.
10. Ожидаемые результаты

## 1. Пояснительная записка

Образование – необходимый, если не самый важный элемент социально культурного и экономического развития страны. В этой связи на образование как целостную государственную систему, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, задача сохранения физического, нравственного и психического здоровья подрастающего поколения.

Настоящая программа составлена на основе Федеральной целевой программы развития образования на 2016 – 2020 годы.

Проблемы сохранения здоровья обучающихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

*Мы любим рассуждать о том, какого человека должна выпускать школа: культурного, высоконравственного, творческого. Но часто забываем: **прежде всего - здорового.***

## 2. Цель и задачи программы

«Формирование здорового образа жизни школьников»: формирование личности, способной реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками саморегуляции и безопасного поведения.

Основные задачи программы:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- воспитывать нравственные качества личности, чтобы среди жизненных ориентиров человека преобладали духовные ценности;
- повышать персональную ответственность по отношению к своему здоровью, к образу жизни;
- формировать «жизненные навыки» - позитивное общение, принятие и решение проблем, критическое мышление, межличностные контакты, умение постоять за себя и договориться с другими, сопротивление негативному, групповому давлению, совладение с эмоциями пр.
- формировать позитивный образ «Я»;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;

- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности,
- научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

### **3. Основные направления пропаганды здорового образа жизни**

- Тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции
- Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.
- Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи
- Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры.

### **4. Основные направления деятельности и предлагаемые формы работы.**

#### **1. Учет состояния детей:**

- Анализ медицинских карт учащихся.
- Определения группы здоровья.
- Учет посещаемости занятий.
- Контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

#### **2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:**

- Организация работы спортивных секций, кружков.
- Динамические паузы.
- Индивидуальные занятия.
- Дни здоровья.
- Организация летних оздоровительных лагерей при школе с дневным пребыванием.

#### **3. Урочная и внеурочная работа.**

- Открытые уроки учителей физкультуры, ОБЖ.
- Открытые классные и общешкольные мероприятия физкультурно-оздоровительной направленности.
- проведение внеурочных занятий
- коллективно-творческая деятельность
- игровая деятельность
- проведение уроков и часов здоровья как в школе, так и в классах
- просмотр кино-видеофильмов соответствующей тематики
- проведение углублённых медицинских обследований учащихся и педагогов с последующей организацией лечебных и профилактических мероприятий
- экскурсии в больницы города
- Спортивные кружки и секции: баскетбол, волейбол, футбол, легкая атлетика.

При работе по программе «Здоровье» стараемся учитывать факторы, влияющие на здоровье ученика, связанные с организацией работы школы (объективные):

- Уровень учебной нагрузки на организм учащихся.
- Состояние лечебно-оздоровительной работы в школе.
- Состояние внеурочной воспитательной работы в школе.
- Уровень психологической помощи обучающимся.
- Состояние микроклимата в школе и дома.

Изменение поведения школьника немислимо без активного участия в этом процессе педагогов и всего персонала школы. Только с изменением уклада школы можно ожидать реальных результатов в изменении отношения учеников к собственному здоровью.

Программа начинается с первого класса и продолжается на всех ступенях обучения . Каждая ступень формирует более глубокое понимание мер по охране здоровья

## **5.Содержание**

Программа включает 6 разделов:

- 1.Самопознание.
2. Я и другие.
- 3.Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний.
4. Питание и здоровье.
5. Основы личной безопасности и профилактика травматизма.
- 6.Предупреждение употребления психоактивных веществ.

## **6. Содержание программы для 1- 4 классов**

### *Знание своего тела*

Части тела, их функциональное назначение. Внутренние органы и их назначение. «язык» тела. Рост и развитие человека, периодизация развития. Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам.

### *Самопознание через ощущение*

Эмоциональная сфера личности: чувства, настроение, эмоциональные переживания, ощущения. Способы проявления эмоций и выражения чувств.

Ученик может называть органы и части тела, их функциональное предназначение . умеет: рассказать о своих телесных ощущениях , объяснить, чем отличается состояние болезни, рассказать о субъективных признаках своей усталости

Доброжелательно относиться к инвалидам. Ученик должен уметь распознавать основные эмоции у себя и у других, словесно объяснить их, отчётливо выразить с помощью жестов, мимики, позы, уметь словесно описать свои ощущения, выражать готовность обратиться за советом и помощью в ситуациях страха.

## **Я и другие**

Правила межличностного общения: предупредительность, представление себя, приглашение, отказ от нежелательного общения.

Дружба. Взаимовлияние людей, способы конструктивного решения конфликтных ситуаций.

Поведение на улице и в общественных местах. Правила поведения с незнакомыми людьми. Родственные связи- семья. Правила семейного общения. Права ребёнка в семье. Правила групповой деятельности.

Ученик должен знать общепринятые правила и коммуникации и уметь их применять в модельных условиях; знать свои права и признавать взаимные обязательства в семье.

Уметь соблюдать правила поведения в общественных местах, корректно отказываться от общения с незнакомыми людьми, определить свою роль в группе и работать для достижения общей цели, соблюдать социальные нормы поведения и формальных группах, различать признаки недружелюбной группы и уметь из неё выйти.

## **Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний**

### *-Гигиена тела*

Кожа. Функциональное назначение. Уход за кожей, волосами и ногтями.

### *-Гигиена полости рта*

Общее представление о ротовой полости, временные и постоянные зубы, прикус и вредные привычки, нарушающие его. Факторы риска развития стоматологических заболеваний. Уход за зубами.

### *-Гигиена труда и отдыха*

Периоды изменения работоспособности. Режим дня. Субъективные и объективные признаки утомления. Активный и пассивный отдых. Сон как наиболее эффективный отдых. Гигиена органов зрения, факторы, приводящие к утомлению.

### *-Профилактика инфекционных заболеваний*

Микромир: микробы, простейшие грибки. Взаимодействие человека с микробом. «хорошие» и «плохие» микробы. Представление об инфекционных заболеваниях. Способы «пассивной» защиты от болезни : мытьё рук, ношение маски, одноразовые шприцы и т. д. Представление об «активной» защите - иммунитете.

Ученик должен уметь быть опрятным, обеспечить себе комфортные условия для любой деятельности за счёт правильного выбора одежды и обуви, регулярно выполнять гигиенические процедуры, поддерживать а чистоте предметы своего ежедневного обихода.

Ученик должен иметь правильной чистки зубов, сформированную привычку чистить зубы 2 раза в день, во время лечить кариес.

Ученик должен уметь составить усреднённый режим дня на неделю и следовать ему, уметь распознать признаки утомления , в том числе зрительного. Иметь навыки на переключения на разные виды деятельности для избежание утомления.

Ученик должен иметь сформированные стереотипы мытья рук перед любым приёмом пищи.

Уметь использовать «пассивную защиту» при необходимости контакта с большим человеком (далеко расстояние, проветривание помещения, ношение маски, отдельная посуда и т. д.)

Нести моральную ответственность за распространение инфекционного заболевания ( не приходить с гриппом в школу). Знать, для чего делают прививки.

### **Питание и здоровье**

*-Питание – основа жизни*

Представление об основных пищевых веществах, их значение для здоровья, важнейшие пищевые источники. Как происходит пищеварение. Режим питания. Непереносимость отдельных продуктов и блюд. Традиции приёма пищи в разных странах.

Правила поведения за столом.

*-Гигиена питания*

Обработка пищевых продуктов перед употреблением. Хранение пищевых продуктов. Правила ухода за посудой.

Ученик должен уметь соблюдать элементарные правила режима питания, пользоваться столовыми приборами.

Ученик должен уметь мыть посуду, иметь навык соблюдения правил хранения пищевых продуктов, навык обработки фруктов и овощей перед употреблением.

### **Основы личной безопасности и профилактика травматизма**

*-Безопасное поведение на дорогах*

Основные ситуации – «ловушки», в которые обычно попадают дети: «закрытый обзор», «отвлечение внимания», «пустынная улица», «родители с детьми».

Правила безопасности у ж/д путей.

*-Бытовой и уличный травматизм*

Опасные факторы современного жилища, школы, игровой площадки. Ожоги.

Опасность при пользовании пиротехническими средствами. Электротравма.

Опасность при игре с острыми предметами. Падение с высоты. Опасность открытого окна, катания на перилах, прыжков с крыш гаражей и т.д.

Элементарные правила безопасности при катании на велосипеде.

Оказание первой медицинской помощи при простых травмах (ссадинах, царапинах, поверхностных ранах), при укусах зверей, змей, насекомых.

*-Поведение в экстремальных ситуациях*

Экстремальная ситуация в городе. Экстремальная ситуация в деревне.

Экстремальная ситуация, связанная с незнакомым человеком. Правила поведения при пожаре. Вызов экстренной помощи: 01, 02, 03,04, службы спасения. Стихийные бедствия, техногенные катастрофы.

Ученик должен уметь прогнозировать развитие ситуации на дороге. Иметь навык наблюдения, «сопротивления» волнению или спешке, «переключения на улицу», переключение на самоконтроль.

Ученик должен уметь распознавать опасные зоны в помещении, на улице, предвидеть возможность падения с высоты, получения травмы, ожога и избегать их.

Иметь навыки безопасного обращения с острыми предметами, электроприборами, уметь обесточить электроприбор. Применять на практике правила безопасности при катании на велосипеде.

Уметь оказать помощь себе и другим при простых травмах.

Уметь распознать негативные реакции животных и избегать укусов животного, насекомого, змея.

Ученик должен освоить три модели поведения в экстремальной ситуации: «зови на помощь», «уходи из ситуации», «принимай меры по самоспасению».

Уметь обращаться за помощью в экстремальных ситуациях.

Знать способы тушения огня.

Уметь выполнять последовательные действия по эвакуации из помещения при возникновении пожара.

Владеть навыками по само спасению, когда поведение незнакомого человека кажется опасным.

## **Культура потребления медицинских услуг**

### *-Выбор медицинских услуг*

Поликлиника и вызов врача на дом. Служба «03», служба спасения. Посещение врача. Больница, показания для госпитализации.

### *- Обращение с лекарственными препаратами*

Польза и вред медикаментов. Осторожное обращение с лекарствами, которые хранятся дома.

Ученик должен уважительно относиться к врачам и медицинским сёстрам как к людям, которые помогают ему сохранить здоровье.

Знать, в каких случаях необходимо обратиться за экстренной медицинской помощью, и иметь навыки обращения. Знать зачем детей госпитализируют.

Ученик должен иметь навык аккуратного обращения с лекарствами (хранить в фабричной упаковке, проверять срок годности перед употреблением, применять только по назначению врача или рекомендации родителей, не пробовать неизвестные таблетки)

## **Предупреждение употребления психоактивных веществ.**

Общее представление о психоактивных веществах. Причины употребления веществ. Вред табачного дыма. Что такое алкоголь и чем опасно его употребление. Поведение с людьми, употребляющими психоактивные вещества.

Ученик должен уметь избежать ситуации пассивного курения.

Понимать , что алкоголизм и наркомания – трудноизлечимые заболевания. Выработать формы поведения , когда рядом находится человек в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.

Иметь чёткое представление о том, что восприимчивость к наркотическим веществам индивидуальна- и зависимость может возникнуть после первых приёмов.

## **5 – 9 классы**

### *Знание своего тела*

Телосложение. Ткани, органы, системы органов и их саморегуляция.

Гомеостаз (постоянство внутренней среды)

как условная норма состояния организма.

Функции основных систем организма

(сенсорной, костно-мышечной , сердечно- мышечной,

сердечно- сосудистой, дыхательной,

пищеварительной, мочевыделительной,

эндокринной, половой). Физиологические и психологические процессы в различные



периоды взросления и полового созревания.

Индивидуальные особенности строения и развития тела.

*-Самопознание через чувства и образ*

Самооценка. Кризисы развития в период взросления (кризисы идентичности и авторитетов, переживания отчуждения и др.)

Стресс, его психологические и физиологические проявления, способы преодоления стресса.

Биологические основы поведения, взаимосвязь физического и психического здоровья. Половые различия в поведении людей.

Уметь осуществить простейшие физиологические измерения – рост, вес, частоту пульса, температуру тела, тесты на силу, выносливость, гибкость и координацию.

Иметь представление о собственной физиологической норме и уметь видеть отклонения от неё.

Доброжелательно относиться к физическим недостаткам других людей.

Соблюдать адекватный для своего организма режим нагрузок, отдыха, питания, достаточной двигательной активности; тепловой режим.

Уметь имитировать различные эмоциональные проявления. Распознавать и вербализовать такие состояния, как страх, высокая тревожность, беспомощность, агрессия, мысли о самоубийстве.

Понимать природу переживаний в периоды кризисов взросления.

Уметь попросить о помощи в трудных ситуациях.

Принимать различия между людьми, уважать особенность, уважать особенности их поведения. Избегать рискованных для здоровья форм поведения.

### **Я и другие**

Положение личности в группе. Ролевые позиции в группе. Базовые компоненты общения: внимание, слушание, активное слушание. Виды и формы общения: вербальное невербальное. Критика и её виды. Способы реагирования на критику. Конфликты с родителями, друзьями, учителями, способы их разрешения. Отношения между мальчиками и девочками.

Биологическое и социальное во взаимоотношениях людей.

Типологизация групп. Референтные группы. Ролевые позиции в группе. Тактика взаимодействия: диктат, сотрудничество, конфронтация, невмешательство.

«Инструменты» общения: конструктивная критика, поддержка, убеждение и др.

Групповое давление. Ролевые позиции в семье. Поведенческие риски, опасные для здоровья.

Умение представить себя в выгодном свете в различных модельных группах. Демонстрировать базовые навыки общения: умение слушать, начинать, поддерживать и прекращать разговор.

Уметь критиковать, хвалить, принимать похвалу.

Иметь навык самостоятельного принятия решения.

Уметь аргументировано отстаивать свою правоту в конфликтных ситуациях с родителями, учителями, друзьями.

Иметь навыки отказа и противостояния групповому давлению. Уметь принимать самостоятельные и коллективные решения в модельных условиях.

Иметь навыки выхода из группы.

Избегать форм поведения, связанных с риском для здоровья и жизни.

Понимать структуру собственной семьи, осознавать ролевую позицию каждого члена семьи, её естественной трансформации во времени.

Занимать активную позицию непринятия девиантных форм поведения (распитие спиртных напитков, курение, проявление агрессии) в неформальной группе.

## **Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний**

### *-Гигиена тела*

Индивидуальные и возрастные особенности кожи. Микрофлора кожных покровов. Запахи тела. Уход за кожей лица и рук, ногами, ногтями. Правила выбора гигиенических средств ухода за телом. Типы волос, уход за волосами. Болезни кожи, связанные с нарушением правил гигиены. Правила личной гигиены подростков, мальчиков и девочек. Пользование предметами личной гигиены.

### *-Гигиена полости рта*

Средства гигиены полости рта. Выбор зубной щётки, зубной пасты.

Заболевания зубов, дёсен, меры их профилактики. Питание и здоровье зубов. Профилактические осмотры у стоматолога.

### *-Гигиена труда и отдыха*

Биологические ритмы организма : суточные , недельные, сезонные. Периоды работоспособности. Режим учёбы, отдыха и сна. Индивидуальный режим физических и умственных нагрузок.

Переутомление, его субъективные и объективные признаки, методы снятия.

Признаки утомления органов зрения и слуха, способы его снятия. Оптимальные условия труда, микроклимат в классе и доме.

### *-Профилактика инфекционных заболеваний*

Причины возникновения инфекционных заболеваний. Их возбудители. Пути передачи. Механизмы защиты организма- иммунитет. «Активные» и «пассивные» способы его повышения.

Эпидемии, пандемии. Поведение при подозрении на инфекционное заболевание и во время болезни. Ответственность за распространение инфекции. Инфекции, передаваемые половым путём. Туберкулёз, его предупреждение.

Иметь навыки гигиены, позволяющие сохранить опрятность во всех присущих возрасту функциональных состояниях.

Уметь подобрать гигиенические средства для ухода за телом, волосами.

Терпимо относиться к людям, которые не могут соблюдать правила личной гигиены

Уметь выбрать зубную щётку, зубную пасту, менять щётку и пасту не реже 1 раза в 3 месяца, пользоваться дополнительными средствами гигиены полости рта (флосы, гели, силанты и др.)

Посещать стоматолога не реже 1 раза в год с целью профилактического осмотра.

Ученик должен уметь спланировать деятельность на неделю с учётом индивидуальных биологических ритмов, использовать большой арсенал различных видов двигательной активности (спортивные секции, подвижные игры, любимые виды спорта), регулировать воздушно-тепловой режим в школе и дома.

Иметь навыки снятия утомления глаз.

Иметь уважительное отношение к людям со сниженными способностями и возможностями.

Ученик должен уметь вести себя в эпидемиологически неблагоприятных условиях.

Иметь сформированные навыки поведения в условиях эпидемии респираторных заболеваний в качестве больного и здорового, навык регулярного прохождения

медицинских осмотров, чёткие представления о своём поведении при подозрении на инфекционное заболевание, позитивное отношение к вакцинации.

## **Питание и здоровье**

*-Питание – основа жизни*

Основные группы пищевых продуктов. Основные блюда и их значение. Составление индивидуального меню.

Энергическая ценность питания, физиологические нормы потребности в основных пищевых веществах и энергии. Пищевые риски, опасные для здоровья. Продукты питания в разных культурах. Традиции национальной кухни. Ядовитые грибы и растения.

*-Гигиена питания*

Болезни, передаваемые через пищу. Правила хранения продуктов и блюд. сервировка стола, оформления блюд.

Ученик должен уметь готовить разнообразные основные блюда, составить индивидуальное меню с учётом энергетической ценности используемых продуктов и физиологических потребностей организма, организовывать собственное питание в течение рабочего дня, различать ядовитые грибы и ягоды, избегать пищевых факторов риска

Ученик должен уметь оценить правильность и сроки хранения продуктов по упаковке.

Иметь устойчивый навык читать информацию на этикетках продуктов и оценивать их пригодность для еды, навык оценки свежести продуктов по органолептическим свойствам перед их употреблением.

## **Основы личной безопасности и профилактика травматизма**

*-Безопасное поведение на дорогах*

Ситуация самостоятельного движения ребёнка по улице. Во дворе дома тоже улица: кусты у подъезда, стоящие машины, угол дома и другие предметы, мешающие обзору. Пересечение улицы по пешеходному переходу или на перекрёстке без светофора. Переход улицы на нерегулируемом перекрёстке. Ожидание на «островке безопасности». Посадка в автобус, троллейбус. Выход из автобуса. Опасность движения группой. Ребёнок носит очки. Безопасное поведение в транспорте- зона повышенного риска. Правила движения велосипеда.

*-Бытовой и уличный травматизм*

Правила пользования пиротехническими средствами.

Факторы, способствующие обморожению. Первая помощь при обморожениях.

Правила безопасности на экскурсии, в походах, экипировка туриста. Походная аптечка.

Правила безопасности при обращении с открытым огнём. Доврачебная помощь. Элементы реанимации. Основные правила наложения жгутов, повязок, транспортировка пострадавшего.

*-Поведение в экстремальных ситуациях*

Экстремальные ситуации аварийного и криминального характера. Поведение при аварийных ситуациях в жилище (пожар, затопление, разрушение). Поведение в криминальных ситуациях. Поведение в незнакомой природной среде. Преодоление панических ситуаций. Переживание острых негативных эмоций и стрессовых состояний. Помощь при утомлении.

Ученик должен иметь навык самоконтроля, автоматизированные стереотипы – наблюдение за улицей, внимательное отношение к звуковым сигналам, шуму

машин, особенно во время дождя, когда капюшоны и зонтики мешают детям увидеть приближающиеся автомобили, критическое отношение к поведенческим рискам на дороге.

Уметь безопасно переходить через дорогу или через пути на ж/д переездах, используя не только зрение, но и слух.

Понимать свою персональную ответственность за безопасность на дороге.

Ученик должен уметь обращаться с пиротехническими средствами, продаваемыми в магазинах, открытым огнём, оказать элементарную помощь пострадавшему в пределах своих возрастных и физиологических возможностей, организовать оказание полноценной помощи.

Ученик должен знать алгоритм поведения в экстремальных ситуациях, за счёт каких действий можно предупредить или минимизировать повреждение в случае стихийных бедствий или техногенных катастроф, средства спасения утопающего на воде в тёплое и холодное время года, последовательность действий при спасении.

Ученик должен уметь обратиться за помощью в случае тяжёлых переживаний, несчастья, выполнять последовательность действий при спасении.

Владеть навыками самообороны.

### **Культура потребления медицинских услуг**

*-Выбор медицинских услуг*

Когда и куда обращаться за медицинской помощью. Поведение в медицинских и оздоровительных учреждениях. Ответственность за ложные вызовы медицинских служб. Критическое отношение к рекламе и выбору медицинских услуг и товаров. Типы учреждений и специалистов, оказывающих медицинскую помощь. Выбор товаров и услуг, ориентированных на здоровье. Альтернативная медицина, влияние на организм человека.

*-Обращение с лекарственными препаратами*

Рецепт, аптека, лекарства. Правила употребления лекарственных препаратов. Опасность самолечения. Безопасное хранение и обращение с лекарственными препаратами. Злоупотребление медикаментами. Побочное действие лекарственных средств.

Ученик должен уметь обратиться за плановой и экстренной медицинской помощью.

Иметь навыки соблюдения чистоты и правил поведения в помещении (на примете поликлиники, школы), представление о механизмах воздействия рекламы и навыки критического отношения к рекламируемым товарам и услугам.

Ученик должен знать минимальный арсенал лекарственных препаратов, которые применяют без назначения врача (при головной боли, подъёме температуры и др.)

Уметь подобрать для себя лекарственный препарат из этого арсенала с учётом индивидуальной переносимости лекарств, возрастных доз, применять первые меры самопомощи при развитии побочного действия лекарства.

### **Предупреждение употребления психоактивных веществ**

«Легальные»(алкоголь, табак) и «нелегальные» (наркотики) психоактивные вещества. История распространения психоактивных веществ. Жизненный стиль человека, зависимость от психоактивных веществ. Ложные представления о допустимости употребления психоактивных веществ. Употребление данных как слабость воли, зависимость, болезнь. Как противостоять групповому давлению и не употреблять психоактивные вещества. Зависимость от психоактивных

веществ: социальная, групповая, индивидуальная, физиологическая, психологическая. Состояние интоксикации и побочные действия при употреблении психоактивных веществ.

Болезни человека, связанные с употреблением наркотиков, табака, алкоголя. Изменение поведения человека связанное с употреблением психоактивных веществ. Защита себя и других в ситуации употребления психоактивных веществ. Отказ от употребления психоактивных веществ на различных этапах.

Ученик должен иметь сформировавшееся представление о том, что «легальные» психоактивные вещества могут вызвать такую же зависимость, как и «нелегальные».

Иметь сформированные навыки отказа от употребления психоактивных веществ в группе.

Иметь широкий арсенал средств для решения конфликтных ситуаций, проведения свободного времени.

Владеть навыками поддержания общения.

Иметь навыки критического переосмысления информации, получаемой в неформальных группах.

## **10-11 классы**

### *Знание своего тела*

Субъективные и объективные признаки здоровья. представление о здоровом и больном теле в разных культурах. Половой диморфизм. Репродуктивное здоровье юноши и девушки. Понятие о генотипе и фенотипе. Обменные и инфекционные болезни, приводящие к нарушению формы тела и/или инвалидности.

*-Самопознание через ощущение, чувства и образ*

Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения. Планирование и способы реализации планов. Ответственность и свобода выбора.

Ученик должен уметь самостоятельно планировать режим нагрузок, отдыха, питания в соответствии с внешними обстоятельствами и состоянием здоровья, моделировать свой собственный имидж и формировать его.

Иметь устойчивую мотивацию на достаточный уровень двигательной активности.

Доброжелательно относиться к особенностям пожилых и инвалидов.

Ученик должен контролировать собственные эмоциональные и поведенческие реакции, ставить для себя реалистичные, ясные цели и планировать пути их достижения

Выражать готовность и нести персональную ответственность за собственное поведение и здоровье.

Иметь навыки критического мышления.

### **Я и другие**

Индивидуальные различия в восприятии и понимании людьми друг друга.

Интимные межличностные отношения: дружба, любовь, вражда, одиночество.

Человек в семье. Семья и её функции. Психологический климат в семье. Развод.

Правовые акты семейного взаимодействия. Способы манипулирования людьми.

Формальные неформальные группы, их социально- психологическая специфика.

Механизмы и пути взаимодействия группы и личности в области сохранения и укрепления здоровья. Принятие решения в группе. Межличностные отношения в группе. Их типология и пути разрешения. Конформизм и самостоятельность,

лидерство. Навыки, необходимые для противостояния негативным влиянием неформальной группы в сфере отношения к здоровью.

Ученик должен знать правовые аспекты взаимоотношений между людьми, различные формы группового взаимодействия. Иметь навыки позитивного взаимодействия к людям со специфическим строением тела, особенностями умственной деятельности, различными религиозными, национальными и социальными установками, навыки поведения в конфликтных ситуациях.

Уметь составить реальный план группового взаимодействия и поэтапно его выполнять, оценивать эффективность группового взаимодействия.

## **Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний**

### *-Гигиена тела*

Выбор гигиенических средств для ухода за телом при функциональных различных состояниях и в различных климатических условиях

Подбор и правила пользования косметическими средствами в соответствии с индивидуальными особенностями кожи.

Взаимосвязь чистоты, эстетики и здоровья.

### *-Гигиена полости рта*

Средства гигиены полости рта: правила индивидуального подбора, хранения, смены.

### *-Гигиена труда и отдыха*

Планирование труда и отдыха в экстремальных условиях: во время экзаменов, тренировок, соревнований. Физиологическая и психологическая адаптация к нагрузкам, срыв адаптации.

### *-Профилактика инфекционных заболеваний*

ВИЧ/ СПИД, пути передачи, способы предупреждения. «Группы риска» по заражению инфекционными заболеваниями. профилактика инфекционных заболеваний в различных социальных и жизненных ситуациях. Индивидуальная ответственность за распространение инфекционных заболеваний.

Ученик должен иметь потребность сохранять своё тело, одежду в чистоте. Не иметь заболеваний, связанных с нарушением правил ухода за кожей.

Ученик не должен иметь заболеваний зубов.

Ученик должен знать индивидуальную норму нагрузок. Своевременно определять субъективные признаки утомления. Владеть техникой восстановления работоспособности при различных видах психических и физических нагрузок. Уметь спланировать режим деятельности физическим и интеллектуальным нагрузкам.

Ученик должен знать способы предупреждения заболеваний, передающихся половым путём.

Уметь распознать ситуации, рискованные для заражения инфекционными заболеваниями.

Регулярно проходить профилактические осмотры по рекомендации врачей, в том числе флюорографию, не реже 1 раза в год. Иметь сформированное отношение к людям, потенциально опасным с точки зрения заражения инфекциями.

## **Питание и здоровье**

### *-Питание – основа жизни*

Основные правила рационального питания: режим питания, сбалансированность продуктов в меню, пищевые приоритеты. Выбор продуктов и блюд. Диеты, лечебное питание и голодание. Пост . болезни в результате неправильного питания, анорексия, ожирение. Питание в особых условиях (питание

спортсменов, питание в походах, во время экзаменов и т. д.). правила поведения в местах общественного питания – кафе, ресторанах и др.

#### *-Гигиена питания*

Основные химические и биологические загрязнители пищи: тяжелые металлы, пестициды, плесень и др.

Ученик должен уметь организовывать рациональное питание с учетом индивидуальных особенностей и финансовых возможностях различных членов семьи, обеспечить адекватное физиологическим потребностям и индивидуальными особенностями питание во время экзаменов, в походах.

Уметь интерпретировать данные этикетки продуктов, оценить соотношение цена/ качество при покупке продуктов питания.

### **Основы личной безопасности и профилактика травматизма**

#### *-Безопасное поведение на дорогах*

Расчет скорости движения транспорта и тормозного пути. Расчеты траектории движения транспорта. Дорога глазами водителя. Ответственность за нарушение правил дорожного движения

#### *-Бытовой и уличный травматизм*

Травматизм при конфликтах. Жестокое обращение с детьми и подростками. Административная и юридическая ответственность при создании травмоопасной ситуации, нанесение телесных повреждений.

Строительство и техника безопасности.

Техника безопасности в быту (приготовление пищи, пользование стиральной машиной, газовой или электроплитой и т.д.) .Травматизм в местах массового скопления людей.

Прогноз развития травмоопасной ситуации, меры предупреждения травмы. Первая доврачебная помощь при ранениях, травмах, потере сознания. Сердечно-лёгочная реанимация.

#### *-Поведение в экстремальных ситуациях*

Модели поведения людей в экстремальных ситуациях, например, поведение в горах, во время природных катализм.

Ученик должен иметь сформированные стереотипы соблюдения правил безопасности на дороге.

Уметь объяснить младшим детям принцип безопасного поведения на дороге и продемонстрировать их на примере реальной улицы.

Ученик должен знать виды наказания за нарушения ПДД

Ученик должен владеть приёмами конструктивного решения конфликтных ситуаций.

Уметь обратиться за помощью в случае жестокого обращения в семье, во дворе, в школе.

Уметь пользоваться строительным инвентарём и бытовой техникой.

Уметь прогнозировать травмоопасные ситуации во время массовых мероприятий и своевременно принимать меры к избежанию травмы.

Уметь оказать первую доврачебную помощь в пределах своей компетенции,

Провести мероприятия по восстановлению жизненных функций.

Уметь оказать помощь пострадавшим в экстремальной ситуации.

Владеть навыками самоконтроля, управления паническими реакциями.

### **Культура потребления медицинских услуг**

#### *-Выбор медицинских услуг*

Права и ответственность клиента, получающего медицинские услуги.

Ответственность врача. Оказание помощи в различных медицинских учреждениях. Врачебная тайна. Получение и анализ информации с целью выбора медицинских и оздоровительных услуг. Обязательное и добровольное медицинское страхование.

*-Обращение с лекарственными препаратами*

Передозировка лекарственных средств. Первая помощь

Ученик должен знать права пациента в системе обязательного медицинского страхования.

Уметь выбрать страховую компанию для добровольного медицинского страхования на основе предложенного ею комплекта документов

Ученик должен иметь навык прочтения аннотации или рецепта перед применением лекарственных препаратов.

Иметь представление о возможной несовместимости лекарственных препаратов или наличии побочного эффекта.

**Предупреждение употребления психоактивных веществ**

Основные виды психоактивных веществ. Их употребление как ложный путь решения жизненных проблем. Возможности, трудности и пути выздоровления курильщика, наркомана, алкоголика. Помощь социума людям, прекратившим употребление психоактивных веществ. Юридическая и личная ответственность за распространение и употребление психоактивных веществ

Ученик должен знать о наступлении уголовной ответственности в случае хранения и распространения наркотических средств.

Иметь сформированную точку зрения на наркоманию, алкоголизм, табакокурение как трудноизлечимые заболевания.

Осознать коммерческий характер рекламы алкогольных напитков и табачных изделий и уметь критически оценивать её.

## **7. Социально-психологическая школьная служба.**

Деятельность по реализации программы «Формирование здорового образа жизни школьников» предполагает:

1. Пропагандировать здоровый образ жизни среди детей, подростков и родителей.
2. Привлекать внимания родителей, педагогов к формированию у детей и подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.
3. Обеспечивать школьников в период их пребывания в школе питанием, способствующим нормальной работе пищеварительной системы и обмену веществ в соответствии с современными медико-гигиеническими требованиями.
4. Включать в учебный процесс, во внеклассную и внеурочную работу для всех классов занятия, позволяющих целенаправленно подготовить учащихся к деятельности по сохранению и укреплению своего здоровья, сформировать у них культуру здоровья, воспитать стремление к ведению здорового образа жизни.
5. Проводить диагностики и мониторинги динамики состояния здоровья учащихся.



6. Проводить работы с родителями учащихся, направленной на формирование в семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактику вредных привычек.

## **8. Тематика родительских собраний по укреплению здоровья школьников:**

1. «Здоровье ребенка в руках взрослых».
2. «На контроле здоровье детей».
3. «Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу».
4. «Вопросы, которые нас волнуют».
5. «Физическое развитие школьника и пути его совершенствования».
6. «Молоко - источник здоровья».
7. «Питание — основа жизни».

## **9. Оздоровительные физкультурные мероприятия**

Организация физкультурно-оздоровительной работы направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- организацию физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- вовлечение детей в спортивные секции
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, походов и т. п.).

## **10. Ожидаемые результаты.**

- знание о ценности своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности, и о том вреде, который можно нанести здоровью различными действиями;
- знание о взаимозависимости здоровья физического и нравственного, здоровья человека и среды, его окружающей;
- знание о важности спорта и физкультуры для сохранения и укрепления здоровья;
- знание о положительном влиянии незагрязнённой природы на здоровье;

- знание о возможном вреде для здоровья компьютерных игр, телевидения, рекламы и т.п.
- отрицательная оценка неподвижного образа жизни, нарушения гигиены;
- понимание влияния слова на физическое состояние, настроение человека.
- соблюдение правил гигиены и здорового режима дня;
- подвижный образ жизни (прогулки, подвижные игры, соревнования, занятие спортом и т.п.)

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**классных часов**  
**по формированию здорового образа жизни,**  
**по профилактике вредных привычек у учащихся 1-4 классов**  
**в 2019-2020 уч.г.**

№	Тема классного часа	Дата проведения
<b>1 класс</b>		
1.	Режим дня школьника. Правильная осанка.	13.09.19г.
2.	Чистые руки, чистое тело – смело берись за любое дело!	20.09.19г.
3.	Правильное питание	11.10.19г.
4.	Учеба и отдых	18.10.19г.
5.	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься!	22.11.19г.
6.	Закаливание организма	20.12.19г.
7.	Культура поведения в общественных местах	17.01.19г.
8.	Профилактика простудных заболеваний	31.01.19г.
9.	Мой друг - Мойдодыр	14.02.20г.
10.	Профилактика гриппа	28.02.20г.
11.	Чтобы расти и учиться	13.02.20г.
12.	Культура одежды	20.03.20г.
13.	Здоровое питание	17.04.20г.
14.	Берегите зубы	24.04.20г.
15.	Спорт – это здоровье!	15.05.20г.
16.	Берегите здоровье смолоду	22.05.20г.
<b>2 класс</b>		
1.	Что значит: быть здоровым человеком?	13.09.19г.
2.	Режим дня.	20.09.19г.
3.	Утренняя зарядка, её польза	11.10.19г.
4.	Культура питания	18.10.19г.
5.	Шалости и травмы	22.11.19г.
6.	Чем можно отравиться?	20.12.19г.
7.	Вредные привычки	17.01.19г.
8.	Окружающий мир и здоровье	31.01.19г.
9.	Профилактика гриппа	14.02.20г.
10.	Культура поведения в общественных местах	28.02.20г.
11.	Берегите зрение	13.02.20г.
12.	Будь осторожен!	20.03.20г.
13.	Здоровое питание – здоровый ребенок	17.04.20г.
14.	Спорт и здоровье!	24.04.20г.
15.	Путешествие в страну Здоровья	15.05.20г.
16.	Солнце, воздух и вода – наши верные друзья.	22.05.20г.
<b>3 класс</b>		
1.	Чистота – залог здоровья	13.09.19г.
2.	Режим дня. Утренняя зарядка	20.09.19г.
3.	Сам себе я помогу и здоровье сберегу	11.10.19г.
4.	Рост и развитие человека	18.10.19г.
5.	Поведение на улице и в общественных местах.	22.11.19г.
6.	Гигиена тела.	20.12.19г.
7.	Правильный выбор одежды и обуви.	17.01.19г.
8.	Сон как наиболее эффективный отдых.	31.01.19г.
9.	Гигиена органов зрения, факторы, приводящие к утомлению.	14.02.20г.
10.	Профилактика инфекционных заболеваний.	28.02.20г.
11.	Роль положительных эмоций	13.02.20г.
12.	Питание – основа жизни.	20.03.20г.
13.	Вред табачного дыма.	17.04.20г.
14.	Вредные привычки	24.04.20г.
15.	Активный образ жизни	15.05.20г.
16.	Полезны везде и всегда солнце, воздух и вода.	22.05.20г.
<b>4 класс</b>		
1.	Говорим мы вам без смеха, чистота – залог успеха	13.09.19г.
2.	Режим дня. Труд и отдых	20.09.19г.
3.	Правила поведения с незнакомыми людьми.	11.10.19г.
4.	Вредные привычки	18.10.19г.

5.	Здоровье девочки	22.11.19г.
6.	Здоровье мальчика	20.12.19г.
7.	Первая помощь при обморожениях	17.01.19г.
8.	Профилактика простудных заболеваний	31.01.19г.
9.	В здоровом теле - здоровый дух	14.02.20г.
10.	Красивая улыбка	28.02.20г.
11.	Режим учебы, отдыха и сна.	13.02.20г.
12.	Режим питания.	20.03.20г.
13.	Ядовитые грибы и растения.	17.04.20г.
14.	Что такое алкоголь, и чем опасно его употребление.	24.04.20г.
15.	Правила безопасности при экскурсиях, в походах, экипировка туриста. Походная аптечка	15.05.20г.
16.	Игры и соревнования по ЗОЖ	22.05.20г.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**классных часов по профилактике**  
**наркомании, табакокурения и алкоголизма**  
**для 5-11 классов.**

№	Тема классного часа	Дата проведения
<b>5 класс</b>		
1	Определение понятия «здоровья». Компоненты и критерии здоровья.	13.09.19г.
2	Факторы, влияющие на здоровье человека.	20.09.19г.
3	Здоровый образ жизни как рациональный способ жизнедеятельности. Элементы здорового образа жизни.	11.10.19г.
4	Зависимость образа жизни от индивидуальных особенностей организма, климато–географических условий. Здоровый образ жизни в народных традициях и обрядах.	18.10.19г.
5	История распространения табакокурения.	22.11.19г.
6	Курение табака как доходная статья для производителей и торговцев табачной продукции. Современная распространенность табакокурения.	20.12.19г.
7	Законодательные акты и мероприятия по ограничению табакокурения.	17.01.19г.
8	Профилактика табакокурения в народных традициях, произведениях литературы и литературы.	31.01.19г.
9	Происхождение алкоголя и различных спиртных напитков.	14.02.20г.
10	Отношение к алкоголю и последствиям его употребления у разных народов. Современная распространённость пьянства и алкоголизма.	28.02.20г.
11	Антиалкогольные обычаи и законодательные акты, направленные на искоренение пьянства и алкоголизма.	13.02.20г.
12	Профилактика употребления алкоголя в народных традициях, произведениях литературы и искусства.	20.03.20г.
13	Наркотики и общество. Понятие о зонах природного наркотизма.	17.04.20г.
14	История распространения наркомании.	24.04.20г.
15	Современная распространенность наркоманией и токсикоманией.	15.05.20г.
16	Национальные, культурные традиции и законодательные акты, направленные на искоренение наркомании.	22.05.20г.
<b>6 класс</b>		
1	Зависимость здоровья человека от чистоты тела, кожи. Условия, способствующие поддержанию чистоты тела. Уход за школьной формой. Требования к белью.	13.09.19г.
2	Влияние пыли и загрязненного воздуха в помещении на динамику работоспособности и распространения инфекционных заболеваний. Способы устранения запыленности воздуха и вещей.	20.09.19г.
3	Состав табачного дыма и табачных смол. Понятие о канцерогенах.	11.10.19г.
4	Органы –мишени для табака. Болезни, связанные с табакокурением. Влияние курения на внешний вид, умственную и физическую работоспособность, занятия спортом.	18.10.19г.
5	Характеристика активного и пассивного курения. Действие на организм пассивного курения.	22.11.19г.
6	Законодательные акты, направленные на ограничение курения.	20.12.19г.
7	Механизм воздействия алкоголя на клетки и ткани организма.	17.01.19г.
8	Разрушение эритроцитов как основа кислородного голодания тканей.	31.01.19г.
9	Поражение внутренних органов при эпизодическом и регулярном приеме алкоголя. Последствия разрушения клеток нервной системы, печени, сердца, половых клеток.	14.02.20г.
10	Влияние алкоголя на терморегуляцию, артериальное давление, обмен витаминов, на пищеварение, всасывание питательных веществ, на нервную систему, умственную работоспособность, память.	28.02.20г.
11	Влияние алкоголя на физическую работоспособность и занятия спортом. Алкогольная	13.02.20г.

	деградация личности.	
12	Особенности действия различных алкогольных напитков на клетки и ткани организма.	20.03.20г.
13	Наркотики и их влияние на организм. Влияние эпизодического и продолжительного приема токсических препаратов на рост и развитие организмов.	17.04.20г.
14	Последствия токсического воздействия на нервную систему, память, поведение. Динамика умственной и физической работоспособности при воздействии токсикантов.	24.04.20г.
15	Механизм воздействия наркотиков на клетки и ткани организма. Влияние наркотиков на память, психику, социальные функции человека. Аутоагрессивное поведение как следствие употребления наркотиков.	15.05.20г.
16	Конкурс антирекламы наркотиков.	22.05.20г.
<b>7класс</b>		
1	Повышение уровня двигательной активности. Влияние занятий гимнастикой и подвижными играми на осанку. Привычки, отрицательно влияющие на формирование осанки, их искоренение.	13.09.19г.
2	Активный отдых между занятиями как способ скорейшего восстановления трудоспособности. Упражнения по профилактике нарушений осанки, утомления органов зрения.	20.09.19г.
3	Курение как один из вариантов наркомании. Стадии никотиновой наркомании: бытовое, привычное и пристрастное курение.	11.10.19г.
4	Механизм формирования зависимости к табакокурению. Мышечная зависимость как специфическое проявление табачной наркомании. Способы борьбы с мышечной зависимостью при табакокурении.	18.10.19г.
5	Сравнение эффективности различных методик отказа от курения.	22.11.19г.
6	Мой выбор: поиск убедительных ответов отказа на предложение закурить.	20.12.19г.
7	Механизм формирования алкогольной зависимости. Изменения, происходящие в связи с становлением психической и физической зависимости. Понятие о зонах комфорта и дискомфорта.	17.01.19г.
8	Толерантность, ее изменение при приеме алкоголя. Нарушение обмена веществ при алкогольной зависимости.	31.01.19г.
9	Понятие об абстиненции. Возможности устранения зависимости. Необратимость психической зависимости в связи с невозможностью восстановления чувствительности зон комфорта.	14.02.20г.
10	Биологические и социальные факторы, влияющие на скорость формирования зависимости к алкоголю.	28.02.20г.
11	Механизм формирования зависимости к наркотикам.	13.02.20г.
12	Нарушение передачи нервного импульса при становлении психической и физической зависимости.	20.03.20г.
13	Абстинентный синдром. Нарушение чувствительности зон комфорта.	17.04.20г.
14	Компульсивное(неодолимое) влечение как основа необратимости психической зависимости.	24.04.20г.
15	Биологические, микросоциальные и макросоциальные факторы, влияющие на скорость формирования зависимости.	15.05.20г.
16	Профилактика наркомании в произведениях литературы и искусства.	22.05.20г.
<b>8класс</b>		
1	Основы психогигиены. Эмоции и чувства. Культура чувств и их проявление. Этика взаимоотношений. Аэробные упражнения и закаливающие процедуры как способ повышения настроения.	13.09.19г.
2	Свободный выбор как признак взросления. Центр доверия и психологической помощи подросткам и возможности разрешения конфликтных ситуаций. Способы психологической защиты.	20.09.19г.
3	Экономические, социальные и биологические последствия табакокурения. Сигареты и семейный бюджет.	11.10.19г.
4	Курение и социальная адаптация личности.	18.10.19г.
5	Курение и экология квартиры.	22.11.19г.
6	Конкурс антирекламы табака.	20.12.19г.
7	Социальные и биологические последствия пьянства и алкоголизма: преступления, пожары, дорожно –транспортные происшествия, и т.д.	17.01.19г.
8	Обоснование превышения экономического ущерба над денежной выручкой при торговле алкоголем.	31.01.19г.
9	Последствия эпизодического приема алкоголя.	14.02.20г.
10	Негативные последствия «питейных обычаев»	28.02.20г.
11	Конкурс антирекламы алкогольных напитков.	13.02.20г.
12	Экономические и социальные последствия наркомании.	20.03.20г.
13	Факторы, предопределяющие антисоциальность больных наркоманией. Искажение семейных связей, детородной функции.	17.04.20г.
14	Особенности развития наркомании и токсикомании в подростково- юношеском возрасте. Последствия наркотизации подростков для общества.	24.04.20г.
15	Биологические последствия приема наркотиков. Особенности биологических	15.05.20г.

	последствий при приеме наркотиков подростками и молодыми людьми.	
16	Наркотические и токсикоманические вещества как средство порабощения личности. Инстинкт самосохранения. Борьба с наркоманией за рубежом.	22.05.20г.
	<b>9 класс</b>	
1	Рациональная организация труда и отдыха во время подготовки к экзаменам. Требования к продолжительности занятий, активному отдыху на свежем воздухе, продолжительности и качеству ночного сна, питания.	13.09.19г.
2	Компьютер и здоровье. Основные правила техники безопасности при работе на компьютере. Упражнения и самомассаж для профилактики утомления рук и органов зрения.	20.09.19г.
3	Влияние табакокурения( активного и пассивного) на репродуктивные функции человека.	11.10.19г.
4	Последствия курения мужчины и женщины для развития плода, роста и развития ребенка.	18.10.19г.
5	Способы отказа от пробы сигарет.	22.11.19г.
6	Алкоголь и семья. Влияние алкоголя на потомство. Нарушение детородной функции семьи.	20.12.19г.
7	Понятие об «алкогольном зачатии», «алкогольном плоде», алкогольной интоксикации плода и грудного ребенка.	17.01.19г.
8	Нарушение социализации детей.	31.01.19г.
9	Негативное влияние алкоголя на растущий организм.	14.02.20г.
10	Мой выбор: отказ от приема алкоголя.	28.02.20г.
11	Наркотики и семья.	13.02.20г.
12	Пути воздействия наркотиков на потомство. Нарушение детородной функции семьи.	20.03.20г.
13	Понятие о «наркотическом плоде», наркотической интоксикации плода и грудного ребенка.	17.04.20г.
14	Нарушение функции социализации детей.	24.04.20г.
15	Негативное влияние наркотиков на растущий организм.	15.05.20г.
16	Мой выбор: противодействие сомнительным предложениям.	22.05.20г.
	<b>10класс</b>	
1	Режим дня обучающихся во время подготовки к экзаменам.	13.09.19г.
2	Стресс и его последствия. Методы релаксации.	20.09.19г.
3	Венерические заболевания.	11.10.19г.
4	СПИД: распространение, развитие и проявление.	18.10.19г.
5	Аборт и его последствия.	22.11.19г.
6	Самовоспитание как основа культуры здоровья.	20.12.19г.
7	Нравственная культура.	17.01.19г.
8	Школьная конференция по вопросам поддержания здорового образа жизни.	31.01.19г.
9	Негативное влияние алкоголя на растущий организм.	14.02.20г.
10	Мой выбор: отказ от приема алкоголя.	28.02.20г.
11	Наркотики и семья.	13.02.20г.
12	Пути воздействия наркотиков на потомство. Нарушение детородной функции семьи.	20.03.20г.
13	Понятие о «наркотическом плоде», наркотической интоксикации плода и грудного ребенка.	17.04.20г.
14	Нарушение функции социализации детей.	24.04.20г.
15	Негативное влияние наркотиков на растущий организм.	15.05.20г.
16	Мой выбор: противодействие сомнительным предложениям.	22.05.20г.
	<b>11класс</b>	
1	Компьютер и здоровье. Основные правила техники безопасности.	13.09.19г.
2	Алкоголь и молодежь.	20.09.19г.
3	Основы самовоспитания духовности.	11.10.19г.
4	Пути самореализации.	18.10.19г.
5	Пути самореализации (практикум).	22.11.19г.
6	Твое будущее – в твоих руках.	20.12.19г.
7	Инстинкт самосохранения как способ отказа от вредных привычек.	17.01.19г.
8	Обобщение: «Жизнь бесценна».	31.01.19г.
9	Негативное влияние алкоголя на растущий организм.	14.02.20г.
10	Мой выбор: отказ от приема алкоголя.	28.02.20г.
11	Наркотики и семья.	13.02.20г.
12	Пути воздействия наркотиков на потомство. Нарушение детородной функции семьи.	20.03.20г.
13	Понятие о «наркотическом плоде», наркотической интоксикации плода и грудного ребенка.	17.04.20г.
14	Нарушение функции социализации детей.	24.04.20г.
15	Негативное влияние наркотиков на растущий организм.	15.05.20г.
16	Мой выбор: противодействие сомнительным предложениям.	22.05.20г.

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## классных часов

### по Правилам дорожного движения, пожарной безопасности, по предупреждению дорожно-транспортного травматизма в 1-4 классах

№	Тема классного часа	Дата проведения
<b>1 класс</b>		
1.	Мы идем в школу (наиболее безопасный путь в школу, разбор конкретных маршрутов). Огонь – друг и враг человека.	06.09.19г.
2.	Наша улица. Город, где мы живем ( улица, дорога, их составные части: проезжая часть, тротуар, газон). Детские шалости с огнем и их последствия	04.10.19г.
3.	Движение пешеходов по улицам и дорогам. Запах газа в квартире.	08.11.19г.
4.	Общие правила перехода улиц и дорог. Что нужно делать при пожаре? Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед осенними каникулами	29.11.19г.
5.	Сигналы (жесты) регулировщика. Меры пожарной безопасности. Проведение инструктажа перед зимними каникулами	27.12.19г.
6.	Дорожные знаки, их предназначение. Пожар в квартире	10.01.20г.
7.	Где можно играть? От чего происходят пожары?	07.02.20г.
8.	Мы – пассажиры. Способы прекращения горения веществ и материалов. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед весенними каникулами	20.03.20г.
9.	Подвижные игры по правилам дорожного движения, пожарной безопасности. Приглашение отряда ЮИД, ДЮП	03.04.20г.
10.	Обобщающее занятие по ПДД, ППБ (викторина, конкурс, игры и т.д.). Проведение инструктажа перед летними каникулами	22.05.20г.
<b>2 класс</b>		
1.	Основные правила поведения учащихся на улице, дороге. Огонь – друг и враг человека.	06.09.19г.
2.	Элементы улиц и дорог. Причины возникновения пожаров.	04.10.19г.
3.	Движение пешеходов по улицам и дорогам. Что нужно делать при пожаре?	08.11.19г.
4.	Правила перехода улиц и дорог. Понятие о противопожарной профилактике. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед осенними каникулами	29.11.19г.
5.	Регулирование дорожного движения. Последствия пожара, меры пожарной безопасности. Проведение инструктажа перед зимними каникулами	27.12.19г.
6.	Дорожные знаки. Название и предназначение знаков сервиса. Твои действия при пожаре.	10.01.20г.
7.	Обязанности пассажиров. Правила пользования общественным транспортом. Осторожно, огонь!	07.02.20г.
8.	Игры и соревнования по правилам безопасного поведения на улицах и дорогах., пожарной безопасности. Проведение инструктажа перед весенними каникулами	20.03.20г.
9.	Обобщающее занятие. Приглашение отряда ЮИД, представителя ГИБДД. Как вести себя при пожаре?	03.04.20г.
10.	Лето по безопасным дорогам. Итоговый контроль знаний по ПДД, ППБ. Проведение инструктажа перед летними каникулами	22.05.20г.
<b>3 класс</b>		
1.	Дорожное движение. Наша безопасность.	06.09.19г.
2.	Виды транспортных средств. Тормозной путь транспортных средств. Действия при пожаре	04.10.19г.
3.	Перекрестки и их виды. Меры предосторожности при обращении с огнем.	08.11.19г.
4.	Обязанности водителей, пешеходов и пассажиров. Меры пожарной безопасности при использовании предметов бытовой химии. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед осенними каникулами	29.11.19г.
5.	Организация движения, технические средства регулирования движения.	27.12.19г.

	Первичные средства пожаротушения. Проведение инструктажа перед зимними каникулами.	
6.	Светофорное регулирование Причины возникновения пожара в квартире и школе.	10.01.20г.
7.	Дорожные знаки. Первая помощь при ожоге.	07.02.20г.
8.	Железная дорога. Системы автоматического пожаротушения и пожарной сигнализации. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед весенними каникулами	20.03.20г.
9.	Обязанности пешеходов. Как вести себя на улице. Тестирование «Один дома» по правилам ПБ	03.04.20г.
10.	Итоговое практическое занятие и игры по ПДД, ППБ. Проведение инструктажа перед летними каникулами	22.05.20г.
<b>4 класс</b>		
1.	Повторение. Причины дорожно-транспортных происшествий. Пожары – большая беда.	06.09.19г.
2.	Роль общественности и учащихся в обеспечении безопасности движения. Труд водителя. Правила пользования газом.	04.10.19г.
3.	История развития автотранспорта и проблемы безопасного движения. Первичные средства пожаротушения.	08.11.19г.
4.	Закрепление знаний сигналов светофора и регулировщика. Правила поведения людей при обнаружении пожара. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед осенними каникулами	29.11.19г.
5.	Дорожные знаки и их группы. Проведение инструктажа перед зимними каникулами. Осторожно, огонь! Условия и причины возникновения пожаров	27.12.19г.
6.	Дорожная разметка и ее предназначение. Краткие сведения о пожарной охране.	10.01.20г.
7.	Общие требования к водителям велосипедов. Что нужно знать при пожаре на улице и в лесу	07.02.20г.
8.	Первая помощь при несчастных случаях на дорогах, при пожаре. Проведение инструктажа перед весенними каникулами	20.03.20г.
9.	Игры и соревнования по правилам безопасного поведения учащихся на улицах и дорогах, по пожарной безопасности	03.04.20г.
10.	Итоговое занятие. по ПДД, ППБ. Приглашение отряда ЮИД, ДЮП. Проведение инструктажа перед летними каникулами	22.05.20г.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### классных часов

по правилам дорожного движения, пожарной безопасности,  
по предупреждению дорожно-транспортного травматизма в 5-11 классах

№	Тема классного часа	Дата проведения
<b>5 класс</b>		
1.	Улицы и движение в нашем городе. Правила поведения при пожаре	06.09.19г.
2.	Причины дорожно-транспортных происшествий. Шалости с огнем. Какой вред может причинить огонь.	04.10.19г.
3.	Назначение разметки проезжей части улиц и дорог. Первая помощь при отравлениях и ожогах.	08.11.19г.
4.	Сигналы светофора с дополнительными секциями. Сигналы регулировщика. Способы прекращения горения веществ и материалов. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед осенними каникулами	29.11.19г.
5.	Дорожные знаки. Огнеопасные предметы. Проведение инструктажа перед зимними каникулами.	27.12.19г.
6.	Дополнительные средства информации. Противопожарные требования к содержанию территории, зданий и помещений.	10.01.20г.
7.	Езда на велосипеде, мопеде, мотоцикле. Правила эксплуатации отопительных приборов и электроустановок.	07.02.20г.
8.	Правила пользования транспортом. Меры ПБ при использовании предметов бытовой химии и изделий аэрозольном исполнении. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед весенними каникулами	20.03.20г.
9.	На железной дороге. Лесные пожары.	03.04.20г.
10.	Итоговое занятие. По ПДД, ППБ. (игры и соревнования). Приглашение отряда ЮИД, ДЮП. Проведение инструктажа перед летними каникулами	22.05.20г.



	<b>6 класс</b>	
1.	Правила дорожного движения. Меры пожарной безопасности в жилых домах.	06.09.19г.
2.	Викторина «Как ты знаешь правила дорожного движения?». Особенности противопожарной защиты домов повышенной этажности: незадымляемые лестничные клетки, переходные балконы, системы автоматического дымоудаления и пожарной сигнализации.	04.10.19г.
3.	Движение транспорта. Меры пожарной безопасности в общественных местах	08.11.19г.
4.	Остановочный путь транспорта. План эвакуации людей при пожаре. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед осенними каникулами	29.11.19г.
5.	Назначение номерных, опознавательных знаков и надписей на транспортных средствах. Действия школьников при пожаре. Проведение инструктажа перед зимними каникулами.	27.12.19г.
6.	Дополнительные требования к движению велосипедистов. Первая доврачебная помощь при пожаре.	10.01.20г.
7.	Технические требования, предъявляемые к велосипедисту. Движение групп велосипедистов. Первичные средства пожаротушения.	07.02.20г.
8.	Основные термины и понятия правил дорожного движения. Порядок вызова пожарной помощи, оповещения людей о пожаре и эвакуации. Предотвращение паники. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед весенними каникулами	20.03.20г.
9.	От бытовой привычки – к трагедии на дороге. Правила противопожарной безопасности в лесу.	03.04.20г.
10.	Итоговое занятие. По ПДД, ППБ. (игры и соревнования). Приглашение отряда ЮИД, ДЮП. Проведение инструктажа перед летними каникулами	22.05.20г.
	<b>7 класс</b>	
1.	Безопасное поведение на дороге. Надежные средства безопасного поведения. Правила поведения при эвакуации по сигналу: «Внимание, всем!»	06.09.19г.
2.	Знай и соблюдай правила дорожного движения. Огонь – друг и враг человека!	04.10.19г.
3.	Правила перевозки пассажиров на мотоциклах и мотороллерах. Техника безопасности при обращении с огнем.	08.11.19г.
4.	Проезд по железнодорожным переездам. Меры предосторожности от поражения электрическим током, получения ожогов, отравления дымом. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед осенними каникулами	29.11.19г.
5.	Поведение учащихся при дорожно-транспортных происшествиях. Первичные средства пожаротушения и их применение. Проведение инструктажа перед зимними каникулами.	27.12.19г.
6.	Практическое занятие по оказанию пострадавшим первой доврачебной помощи при ДТП, пожаре.	10.01.20г.
7.	Движение на велосипедах. Последовательность действия при пожаре.	07.02.20г.
8.	Значение дорожных знаков, их группы. Оказание первой помощи пострадавшему при пожаре. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед весенними каникулами	20.03.20г.
9.	Научись видеть опасность!	03.04.20г.
10.	Итоговое занятие. По ПДД, ППБ. (игры и соревнования). Приглашение отряда ЮИД, ДЮП. Проведение инструктажа перед летними каникулами	22.05.20г.
	<b>8 класс</b>	
1.	Правила движения – законы улиц и дорог. Правила поведения при эвакуации по сигналу: «Внимание, всем!»	06.09.19г.
2.	Элементы улиц и дорог. Перекрестки и их виды. Действия при пожаре.	04.10.19г.
3.	Разметка проезжей части улиц и дорог. Движение пешеходов индивидуально, группами и в колоннах. Детская шалость со спичками и другие виды детской шалости ( незатушенные угли, шлак, зола, костры) и их последствия.	08.11.19г.
4.	Формы регулирования движения. Основные сведения об автоматических установках пожаротушения. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед осенними каникулами	29.11.19г.
5.	Правила пользования транспортом. Последствие пожаров и взрывов. Проведение инструктажа перед зимними каникулами.	27.12.19г.

6.	Дорожные знаки. Понятие о противопожарной профилактике.	10.01.20г.
7.	Велосипед с подвесным двигателем и мопед. Первичные средства пожаротушения. Знаки безопасности.	07.02.20г.
8.	Дополнительные требования к движению велосипедистов. Знаки безопасности, примеры их применения и места установки. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед весенними каникулами	20.03.20г.
9.	Первая доврачебная помощь при дорожно-транспортном происшествии, при пожаре.	03.04.20г.
10.	Итоговое занятие. По ПДД, ППБ. (игры и соревнования).. Проведение инструктажа перед летними каникулами	22.05.20г.
<b>9 класс</b>		
1.	Название правил дорожного движения, история их возникновения и развития. Общие правила движения пешеходов. Правила поведения при эвакуации по сигналу: «Внимание, всем!»	06.09.19г.
2.	Элементы улиц и дорог. Перекрестки и их виды. Правила пользования общественным транспортом, передвижением групп детей и правила перевозки детей на транспорте. Пожары в жилище, их предупреждение	04.10.19г.
3.	Дорожная разметка, ее виды и значение для регулирования движения транспорта и пешеходов. Способы регулирования дорожного движения. Меры противопожарной безопасности в общественных местах	08.11.19г.
4.	Тормозной и остановочный путь автомобиля. Факторы, влияющие на их величину. Тепловое воздействие электрического тока, короткое замыкание, перегрузка - основные причины возникновения пожаров в электроустановках. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед осенними каникулами	29.11.19г.
5.	Назначение и виды транспортных средств. Предупредительные сигналы, подаваемые водителями. Особенности движения специального транспорта. Опасности в быту. Проведение инструктажа перед зимними каникулами.	27.12.19г.
6.	Назначение и группы дорожных знаков. Причины ДТП, пожара.	10.01.20г.
7.	Правила движения для велосипедистов, мопедистов, мотоциклистов (обязанности). Первая доврачебная помощь при пожаре	07.02.20г.
8.	Железнодорожный переезд. Правила проезда и перехода. Требования, предъявляемые к движению гужевых повозок и прогону животных. Противопожарный режим в детском учреждении. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед весенними каникулами	20.03.20г.
9.	Назначение номерных, опознавательных и предупредительных знаков и надписей на транспортных средствах. Назначение охранно- пожарной сигнализации.	03.04.20г.
10.	Итоговое занятие. Проведение зачета по ПДД, ППБ. Проведение инструктажа перед летними каникулами	22.05.20г.
<b>10 класс</b>		
1.	Роль автомобильного транспорта в экономике страны. Первичные средства пожаротушения	06.09.19г.
2.	Виды светофоров, значения их сигналов для участников дорожного движения. Экстремальные ситуации в быту	04.10.19г.
3.	Действия очевидцев дорожно-транспортных происшествий. Пожарная охрана России, история и развитие	08.11.19г.
4.	Оказание первой доврачебной помощи при дорожно-транспортном происшествии, при пожаре (все виды травм). Проведение инструктажа перед осенними каникулами	29.11.19г.
5.	Обязанности пешеходов и пассажиров . Системы автоматического пожаротушения и пожарной сигнализации. Проведение инструктажа перед зимними каникулами.	27.12.19г.
6.	Мероприятия, проводимые государством по предупреждению ДТП, пожара.	10.01.20г.
7.	Ограниченный обзор проезжей части и другие дорожные опасности. Электробезопасность – важная часть пожарной безопасности.	07.02.20г.
8.	Обязанности водителей. Правильное обращение с огнем, использование систем водо-, газо-, электроснабжения. Проведение инструктажа перед весенними каникулами	20.03.20г.
9.	Меры ответственности пешеходов за нарушения правил дорожного движения. Правила пожарной безопасности в лесу.	03.04.20г.
10.	Зачет по ПДД, ППБ. Проведение инструктажа перед летними каникулами	22.05.20г.

	<b>11 класс</b>	
1.	О языке правил дорожного движения. Пожар, развитие пожара, способы прекращения горения движения	06.09.19г.
2.	Законодательство Российской Федерации о безопасности дорожного движения. Причины лесных пожаров и пожаров в населенных пунктах	04.10.19г.
3.	Основные принципы обеспечения безопасности дорожного движения. Спасательные средства, применяемые для спасения людей	08.11.19г.
4.	Основные направления обеспечения безопасности дорожного движения. Противопожарный режим в жилом доме. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед осенними каникулами.	29.11.19г.
5.	Права и обязанности участников дорожного движения. Порядок эвакуации людей из горящих зданий. Проведение инструктажа перед зимними каникулами.	27.12.19г.
6.	Условия получения права на управление транспортными средствами. Цели и задачи пожарной охраны	10.01.20г.
7.	Оказание доврачебной помощи на месте ДТП, при пожаре	07.02.20г.
8.	Ответственность за нарушение безопасности дорожного движения, виды ответственности. Роль добровольных пожарных организаций. Проведение инструктажа по ПДД, ППБ перед весенними каникулами	20.03.20г.
9.	Виды дорожно-транспортных происшествий. Виды и назначения огнетушителей	03.04.20г.
10.	Итоговое занятие по ПДД, ППБ (блиц-опрос). Проведение инструктажа перед летними каникулами.	22.05.20г.

**Тематика классных часов  
семейного воспитания и социализации учащихся 1-11 классов  
«Семьеведение»**

№	Тема классного часа	Дата проведения
<b>1 класс</b>		
1	Моя семья. Мои родители. Бабушки и дедушки.	20.09.19г.
2	Семья и здоровье. Семейный досуг.	18.10.19г.
3	Семейные будни	22.11.19г.
4	Наша дом – наша квартира.	20.12.19г.
5	Дом и уют. Кто следит за порядком в доме и создает уют?	17.01.19г.
6	Праздник папы, дедушки и брата	14.02.20г.
7	Праздник бабушки, мамы и сестры	13.03.20г.
8	Генеалогическое древо семьи	17.04.20г.
9	Праздник семьи	15.05.20г.
10	Искусство быть счастливым	22.05.20г.
<b>2класс</b>		
1	Моя семья – часть моего народа	20.09.19г.
2	Семейный досуг	18.10.19г.
3	Семья и здоровье	22.11.19г.
4	Семейные праздники.	20.12.19г.
5	Семейный бюджет	17.01.19г.
6	Уход за комнатными растениями	14.02.20г.
7	Уход за домашними животными.	13.03.20г.
8	Особенность уклада, строя жизни семьи.	17.04.20г.
9	Как защитить свой дом.	15.05.20г.
10.	Потребности, желания, цели в жизни человека.	22.05.20г.
<b>3класс</b>		
1	Родственное пространство семьи.	20.09.19г.
2	Генеалогическое древо семьи.	18.10.19г.
3	Свободное время и семья.	22.11.19г.
4	Семейный бюджет.	20.12.19г.
5	Экономия и бережливость.	17.01.19г.

6	Семейные праздники.	14.02.20г.
7	Семейная память.	13.03.20г.
8	История моей семьи.	17.04.20г.
9	Семейные реликвии.	15.05.20г.
10.	Жизненные ценности личности как критерии выбора целей и поступков.	22.05.20г.
	<b>4 класс</b>	
1	Я тоже хозяин/хозяйка в своём доме!	20.09.19г.
2	Деньги – зачем они нужны?	18.10.19г.
3	Спортивные занятия - правило жизни семьи.	22.11.19г.
4	Музыка в доме.	20.12.19г.
5	Если кто-то тебя обидел.	17.01.19г.
6	Я поздравляю родных с праздником.	14.02.20г.
7	Поздравляем мам и бабушек с Женским днём.	13.03.20г.
8	Отец в семье – главный мужчина!	17.04.20г.
9	Как я берегу своё здоровье.	15.05.20г.
10.	Семья в системе жизненных ценностей личности.	22.05.20г.

№	Тема классного часа	Дата проведения
	<b>5 класс</b>	
1.	Семья - ячейка общества.	20.09.19г.
2.	Семья и государство.	18.10.19г.
3.	Счастливая семья.	22.11.19г.
4.	Загляните в мамины глаза.	20.12.19г.
5.	Семейные заботы.	17.01.19г.
6.	Дому нужен хозяин.	14.02.20г.
7.	Родословная семьи. Знакомство с родословными великих людей.	13.03.20г.
8.	Я и мое имя.	17.04.20г.
9.	Семейные праздники. Семейные традиции.	15.05.20г.
10.	Мужчина и женщина: различия устройства мышления, психологии, поведения.	22.05.20г.
	<b>6 класс</b>	
1.	Семья как пространство жизнедеятельности.	20.09.19г.
2.	Наши роли в семье.	18.10.19г.
3.	Разговор об этикете.	22.11.19г.
4.	Семейный этикет.	20.12.19г.
5.	Добро, зло, терпимость.	17.01.19г.
6.	Доброта в нас и вокруг нас.	14.02.20г.
7.	Семья в моей жизни. Эти вредные конфликты.	13.03.20г.
8.	Как преодолеть конфликт в семье.	17.04.20г.
9.	Твои права, подросток. Конвенция о правах ребенка. Права школьников.	15.05.20г.
10.	Принципы этикета. Правила и нормы поведения в обществе. Семейный этикет.	22.05.20г.
	<b>7 класс</b>	
1.	Брак как основа семьи.	20.09.19г.
2.	Семья как социальный институт.	18.10.19г.
3.	Страна эмоций. Чувства и эмоции, которые мы переживаем.	22.11.19г.
4.	Связанная с семьей тревожность.	20.12.19г.
5.	На пути к гармонии.	17.01.19г.
6.	Привет, индивидуальность, или чем я отличаюсь от других.	14.02.20г.
7.	Родители и дети.	13.03.20г.
8.	Семейное право в России: XXI век.	17.04.20г.
9.	Я- ребенок! Я - гражданин!	15.05.20г.

10.	Ответственное родительство.	22.05.20г.
	<b>8 класс</b>	
1.	Понятие брака, его социальная сущность, функции и виды.	20.09.19г.
2.	Понятие семьи, её происхождения как социального института. Роль семьи в обществе.	18.10.19г.
3.	Демографическая ситуация в мире.	22.11.19г.
4.	Семейные отношения как объект права.	20.12.19г.
5.	Права и обязанности родителей и детей.	17.01.19г.
6.	Отношение к детям в современной семье. Роль матери и отца в воспитании детей.	14.02.20г.
7.	Значение семейных ценностей в современном мире.	13.03.20г.
8.	Роль семьи в годы Великой Отечественной войны.	17.04.20г.
9.	Идеальная модель семьи.	15.05.20г.
10.	Человек в мире межличностных отношений. Разрушительные и созидательные отношения.	22.05.20г.
	<b>9 класс</b>	
1.	Брак как основа семьи.	20.09.19г.
2.	Семья в современном обществе: тенденции развития.	18.10.19г.
3.	Семейное право в России: XXI век	22.11.19г.
4.	Экономические основы функционирования семьи в рыночном обществе.	20.12.19г.
5.	Воспитательный потенциал современной семьи.	17.01.19г.
6.	Брак и семья с позиций иудаизма.	14.02.20г.
7.	Православие о браке и семье.	13.03.20г.
8.	Традиции брака и семьи в буддизме.	17.04.20г.
9.	Мусульманский брак: традиционное и современное. Модели мусульманской семьи.	15.05.20г.
10.	Конфликты. Сила созидания. Осознанное бесконфликтное общение.	22.05.20г.
	<b>10класс</b>	
1.	Брак как основа семьи.	20.09.19г.
2.	Влияние наркотиков на семейные отношения.	18.10.19г.
3.	Детско-родительские отношения.	22.11.19г.
4.	Брак и семья с позиций иудаизма.	20.12.19г.
5.	Православие о браке и семье.	17.01.19г.
6.	Традиции брака и семьи в буддизме.	14.02.20г.
7.	Мусульманский брак: традиционное и современное.	13.03.20г.
8.	Модели мусульманской семьи.	17.04.20г.
9.	Брак как основа семьи.	15.05.20г.
10.	Мир отношений: отношения с самим собой, с миром и людьми.	22.05.20г.
	<b>11 класс</b>	
1.	Брак как основа семьи. Гендерные различия в отношениях к семье и браку у молодежи.	20.09.19г.
2.	Семья как школа любви.	18.10.19г.
3.	Причины и последствия падения рождаемости.	22.11.19г.
4.	Стили семейного воспитания.	20.12.19г.
5.	Православие о браке и семье.	17.01.19г.
6.	Служение родителям в буддизме как способ служения Богу.	14.02.20г.
7.	Брак и семья в исламе.	13.03.20г.
8.	Ислам как традиционная религия.	17.04.20г.
9.	Совершеннолетие.	15.05.20г.
10.	Расставания. Принятие неизбежности. Осознанность и оптимизм как инструменты преодоления трудностей расставания.	22.05.20г.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**классных часов по программе изучения медиабезопасности**  
**Муниципального общеобразовательного автономного учреждения**  
**средняя общеобразовательная школа № 6**  
**на 2019 – 2020 учебный год**  
**1-4кл.**

	<b>Тема классного часа</b>
<b>сентябрь</b>	1.Кл.час:»Здоровьесберегающие технологии при работе на ПК.» 2.час: « Негативное воздействие компьютера на психическое здоровье детей.»
<b>октябрь</b>	3.Кл.час «Чтобы компьютер был другом» 4. Кл.час «Правила поведения в интернете: защита от вредоносных программ»
<b>ноябрь</b>	5.Кл.час «Сказки о золотых правилах безопасности в Интернете»;
<b>декабрь</b>	6 кл.час: «Информационная этика и право.» 7. Основные законы России в области компьютерного права и защиты детей.
<b>январь</b>	8.Кл час «Геокешинг “В поисках вирусов”»
<b>февраль</b>	9 кл.час: «Безопасное общение детей в Интернете 10.Кл.час: « Опасности, с которыми дети могут столкнуться в сети Интернет. Организация правильного поиска необходимой информации в сети Интернет и СМИ.»
<b>март</b>	11.Кл.час: « Уровни и меры по защите информации.» 12.Кл.час: ««Средства защиты информации от противоправных посягательств в сети Интернет, мобильной (сотовой) связи и СМИ».
<b>апрель</b>	13.Кл.час: «Основы безопасности мобильной (сотовой) связи.» 14.Кл.час: «Информационная перегрузка»
<b>май</b>	15.Кл.час: «Меры безопасности при работе с электронной почтой 16.Кл.час: «Компьютерные вирусы и средства защиты»

**Тематика**  
**классных часов по программе изучения медиабезопасности**  
**Муниципального общеобразовательного автономного учреждения**  
**средняя общеобразовательная школа № 6**

5 класс

	<b>Тема классного часа</b>
<b>сентябрь</b>	1.Кл.час:»Здоровьесберегающие технологии при работе на ПК.» 2.час: « Негативное воздействие компьютера на психическое здоровье детей.»
<b>октябрь</b>	3.Кл.час «Чтобы компьютер был другом» 4. Кл.час «Правила поведения в интернете: защита от вредоносных программ»
<b>ноябрь</b>	5.Кл.час «Сказки о золотых правилах безопасности в Интернете»;
<b>декабрь</b>	6 кл.час: «Информационная этика и право.» 7. Основные законы России в области компьютерного права и защиты детей.
<b>январь</b>	8.Кл час «Геокешинг “В поисках вирусов”»
<b>февраль</b>	9 кл.час: «Безопасное общение детей в Интернете 10.Кл.час: « Опасности, с которыми дети могут столкнуться в сети Интернет. Организация правильного поиска необходимой информации в сети Интернет и СМИ.»
<b>март</b>	11.Кл.час: « Уровни и меры по защите информации.» 12.Кл.час: ««Средства защиты информации от противоправных посягательств в сети Интернет, мобильной (сотовой) связи и СМИ».
<b>апрель</b>	13.Кл.час: «Основы безопасности мобильной (сотовой) связи.» 14.Кл.час: «Информационная перегрузка»
<b>май</b>	15.Кл.час: «Меры безопасности при работе с электронной почтой 16.Кл.час: «Компьютерные вирусы и средства защиты»

## 6 класс

	Тема классного часа
<b>сентябрь</b>	1.Кл.час «Безопасность и мобильный телефон» 2. Кл.час «Безопасное общение детей в интернете»
<b>октябрь</b>	3.Кл.час «Чтобы компьютер был другом» 4. Кл.час «Правила поведения в интернете: защита от вредоносных программ»
<b>ноябрь</b>	5.Кл.час «Компьютер друг или враг?»
<b>декабрь</b>	6 кл.час: «Информационная этика и право.» 7. Основные законы России в области компьютерного права и защиты детей.
<b>январь</b>	8.Кл. час «Правдивая о смайлике и его создании. Словарь смайлика.»
<b>февраль</b>	9 кл.час: «Безопасное общение детей в Интернете» 10.Кл.час: « Опасности, с которыми дети могут столкнуться в сети Интернет. Организация правильного поиска необходимой информации в сети Интернет и СМИ.»
<b>март</b>	11.Кл.час: « Уровни и меры по защите информации.» 12.Кл.час: ««Средства защиты информации от противоправных посягательств в сети Интернет, мобильной (сотовой) связи и СМИ».
<b>апрель</b>	13.Кл.час «Полезный и безопасный интернет» 14.Кл.час: «Информационная перегрузка»
<b>май</b>	15.Кл.час: «Меры безопасности при работе с электронной почтой» 16.Кл.час: «Компьютерные вирусы и средства защиты»

## 7 класс

	Тема классного часа
<b>сентябрь</b>	1.Кл.час: «Опасности, подстерегающие учащихся в сети, и как их избежать»; 2.Кл.час:« Стресс при работе с компьютером. »
<b>октябрь</b>	3.Кл.час: «Информационная безопасность.» 4.Кл.час: «Компьютер и психическое здоровье»
<b>ноябрь</b>	5.Кл.час: «Пароль – надёжная защита»
<b>декабрь</b>	6.Кл.час: «Основные законы России в области компьютерного права и защиты детей.» 7.Кл.час:«Информационная этика и право.»
<b>январь</b>	8.Кл.час: «Игромания»
<b>февраль</b>	9.Кл.час: «Профилактика Интернет-ависимости» 10.Кл.час: «Опасности в сети Интернет»
<b>март</b>	11.Кл.час: «Кибербуллинг, что это? » 12.Кл.час: « Уровни и меры по защите информации.»
<b>апрель</b>	13.Кл.час: «Сетевой этикет» 14.Кл.час:«Полезный и безопасный интернет»
<b>май</b>	15.Кл.час: «Меры безопасности при работе с электронной почтой» 16.Кл.час: «Компьютерные вирусы и средства защиты»

## 8 класс

	Тема классного часа
<b>сентябрь</b>	1.Кл. час «Медиа-безопасность – важнейшее условие современной жизни» 2.Кл.час: «Мошенничества в мобильной связи»
<b>октябрь</b>	3.Кл.час: «Феномен интернет-зависимости» 4.Кл.час: «Уход от реальности.»
<b>ноябрь</b>	5.Кл.час: «Опасность социальных сетей»
<b>декабрь</b>	6.Кл.час: «История вредоносных программ.» 7.Кл.час: «Классификация вирусов.»

<b>январь</b>	8.Кл.час: «Лже-антивирусы»
<b>февраль</b>	9.Кл.час:«Основные законы России в области компьютерного права и защиты детей.» 10.Кл.час:
<b>март</b>	11.Кл.час: «Профилактика интернет-зависимости у детей» 12.Кл.час:«Информационная этика и право.»
<b>апрель</b>	13.Кл.час: «Сетевой экстрим» 14.Кл.час: "Основы безопасности детей и молодежи в Интернете"
<b>май</b>	15.Кл.час: «Как обнаружить ложь и остаться правдивым в Интернете» 16.Кл.час: «Три золотых правила безопасности в Интернет.»

## 9класс

	<b>Тема классного часа</b>
<b>сентябрь</b>	1.Кл.час: «Здоровьесберегающие технологии при работе на ПК» 2.Кл.час: Гигиенические требования к организации занятий с использованием ИКТ
<b>октябрь</b>	3.Кл.час: Негативное воздействие компьютера на психическое здоровье детей 4.Кл.час: Этика и право при создании и использовании информации
<b>ноябрь</b>	5.Кл.час: «Основные законы Российской Федерации в области компьютерного права
<b>декабрь</b>	6.Кл.час: «Отношение к сообщениям в СМИ; мобильной (сотовой) связи» 7.Кл.час: Организация безопасного поиска информации в сети Интернет
<b>январь</b>	8.Кл.час: «Сетевые возможности для обучающихся»
<b>февраль</b>	9.Кл.час: «Профилактика Интернет-зависимости» 10.Кл.час: «Основы безопасности при общении в социальных сетях»
<b>март</b>	11.Кл.час: «Основы безопасности мобильной (сотовой) связи.» 12.Кл.час: «Виды компьютерных вирусов»
<b>апрель</b>	13.Кл.час: «Информационная перегрузка» 14.Кл.час: Достоверность информации, авторское право»
<b>май</b>	15.Кл.час: «Интернет-среда и средство потребления» 16.Кл.час: «Потребительская компетентность пользователя Интернет»

## 10класс

	<b>Тема классного часа</b>
<b>сентябрь</b>	1.Кл.час: «Основные правила поведения в современной информационной среде» 2.Кл.час: «Гигиенические требования к организации занятий с использованием ИКТ»
<b>октябрь</b>	3.Кл.час: «Негативное воздействие компьютера на психическое здоровье детей» 4.Кл.час: « Этика и право при создании и использовании информации»
<b>ноябрь</b>	5.Кл.час: «Меры безопасности при работе с электронной почтой»
<b>декабрь</b>	6.Кл.час:«Основные законы Российской Федерации в области компьютерного права 7.Кл.час: Организация безопасного поиска информации в сети Интернет
<b>январь</b>	8.Кл.час: «Манипулятивные технологии, направленные против детей».
<b>февраль</b>	9.Кл.час: «Удаление сведений о паролях пользователя и всех посещаемых им веб-сайтов» 10.Кл.час:«Профилактика Интернет-зависимости»
<b>март</b>	11.Кл.час: «Основы безопасности мобильной (сотовой) связи.» 12.Кл.час: «Виды и возможности интернет- коммуникации»



<b>апрель</b>	13.Кл.час:»Коммуникативная компетентность и общение в интернете» 14.Кл.час: «Безопасность коммуникации в Интернете»
<b>май</b>	15.Кл.час: «Цель совершения преступления. Уровни и меры по защите информации» 14.Кл.час: «Безопасное использование программного обеспечения»

11 класс

	<b>Тема классного часа</b>
<b>сентябрь</b>	1.Кл.час: «Основные правила поведения в современной информационной среде» 2.Кл.час: «Гигиенические требования к организации занятий с использованием ИКТ»
<b>октябрь</b>	3.Кл.час: «Негативное воздействие компьютера на психическое здоровье детей» 4.Кл.час: «Этика и право при создании и использовании информации»
<b>ноябрь</b>	5.Кл.час: «Меры безопасности при работе с электронной почтой»
<b>декабрь</b>	6.Кл.час:«Основные законы Российской Федерации в области компьютерного права» 7.Кл.час: Организация безопасного поиска информации в сети Интернет
<b>январь</b>	8.Кл.час: «Манипулятивные технологии, направленные против детей».
<b>февраль</b>	9.Кл.час: «Удаление сведений о паролях пользователя и всех посещаемых им веб-сайтов» 10.Кл.час:«Профилактика Интернет-зависимости»
<b>март</b>	11.Кл.час: «Основы безопасности мобильной (сотовой) связи.» 12.Кл.час: «Виды и возможности интернет- коммуникации»
<b>апрель</b>	13.Кл.час:»Коммуникативная компетентность и общение в интернете» 14.Кл.час: «Безопасность коммуникации в Интернете»
<b>май</b>	15.Кл.час: «Цель совершения преступления. Уровни и меры по защите информации» 14.Кл.час: «Безопасное использование программного обеспечения»



