

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
**«Сергиево-Посадская гимназия имени И.Б.Ольбинского»**  
141300 г. Сергиев Посад, ул. Вознесенская, дом 30А  
тел. 8(254) 0-40-01, факс 8(254) 0-40-01

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБОУ «Сергиево-Посадская гимназия  
имени И.Б. Ольбинского»  
О.Г. Филимонова  
Приказ от 31.08.2022г. №262  
Протокол педагогического совета  
от 29.08.2022г. №1



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ПРОГРАММА КРУЖКА**

**ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**ЧЕЛОВЕК И ЕГО ЗДОРОВЬЕ**

**(СТАРТОВЫЙ УРОВЕНЬ)**

для учащихся 7-10 классов

Срок обучения 1 год

Составитель: Марлынова Н. В.,  
учитель биологии высшей  
квалификационной категории

## **Пояснительная записка к программе кружка**

### **«Человек и его здоровье»**

#### **Актуальность программы**

Актуальность программы обусловлена направленностью на осмысление учащимися потребности в саморазвитии, самосовершенствовании, формирования своего здоровья собственными силами. Программа направлена на максимальную адаптацию молодого человека к жизни. Очень часто человек теряет свое здоровье только потому, что не обладает достаточным количеством знаний о причинах заражения инфекционными заболеваниями, не знает, как правильно питаться, как организовать свой режим дня и свободное время, не может оказать первую медицинскую помощь, не знает особенности психики человека; учащиеся плохо представляют, как окружающая среда влияет на человека. Занятия кружка призваны помочь ребенку задуматься о своем здоровье. Ученик должен научиться думать, рассуждать, рассматривать таблицы, схемы, рисунки, выполнять предлагаемые задания и упражнения доступные для него, разбирать различные игровые ситуации. Научиться составлять листки здоровья, плакаты, буклеты с максимально полезной информацией, стать активными агитаторами за здоровый образ жизни среди учащихся школы

**Педагогическая целесообразность** заключается в формировании биологической, экологической, медицинской грамотности, а также соответствующих компетентностей: умений проводить наблюдения, ставить опыты, заботиться о здоровье, проводить поиск информации в энциклопедиях и других изданиях, в видеотеке, в электронных носителях, в интернете, на экскурсиях, из рассказов взрослых, медицинских передачах, журналах, газетах.

#### **Новизна программы.**

Новизна программы заключается в том, что она ориентирована на познании строения и функционирования организма человека, на понимании тесной взаимосвязи всех систем органов в организме. А также на формировании у учеников позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за

сохранение и укрепление своего здоровья, расширении знаний и навыков по гигиенической культуре через практическую и исследовательскую деятельность

**Цель программы:** развивать умение сохранять свое здоровье как компонент общечеловеческой культуры.

В гимназии обучаются дети с высоким интеллектуальным потенциалом, мотивированные на учёбу и продолжение образования в вузах. С 2006 года гимназия сотрудничает с Ярославской Государственной медицинской академией, осуществляет подготовку гимназистов 10-11 классов к поступлению в медицинские вузы. Ежегодно до 20% выпускников гимназии выбирают для себя профессию врача. Программа кружка выполняет функцию предпрофильной подготовки и первых профессиональных проб.

Программа состоит из двух модулей: «Человек и его здоровье» и «Проектно-исследовательская деятельность» (модуль основан на применении технологии тьюторства в исследовательской деятельности).

Заканчивается курс защитой самостоятельных творческих работ, учащихся и проведением ими занятий для младших гимназистов во время летней практической школы.

На данной ступени образования весь процесс обучения направлен на развитие мышления учащихся. Особое значение приобретают заложенные ранее навыки самостоятельного поиска информации, объяснения и оценивания биологических фактов, явлений.

Основными документами, лежащими в основе разработки программы, являются:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции с изменениями, в том числе внесенными Федеральными законами от 03.07.2016 № 312-ФЗ, от 1 мая 2017 года № 93-ФЗ, от 29 июля 2017 года № 68-ФЗ, от 19.02.2018 N 25-ФЗ, от 07.03.2018 N 56-ФЗ, от 27.06.2018 N 162-ФЗ, от 27.06.2018 N 170-ФЗ)

- Письмо Министерства образования и науки РФ «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» от 11 декабря 2006 года №06-1844;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), утвержденные Письмом Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015г.
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. №1008;
- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. №196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- СанПиН 2.4.2.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных учреждений дополнительного образования детей» от 04.07.2014г. №41;
- Устав МБОУ «Сергиево-Посадская гимназия имени И.Б.Ольбинского»,
- Образовательная программа МБОУ «Сергиево-Посадская гимназия имени И.Б.Ольбинского».

Программа занятий кружка «Человек его здоровье» отражает идеи и положения Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, составляющих основу для саморазвития и непрерывного образования, выработки коммуникативных качеств, целостности общекультурного, личностного и познавательного развития учащихся. В основе составление программы предметного курса лежит авторская программа элективного курса «Человек его здоровье» Л. В. Максимычева, Е. В. Алексеева, О. С. Гладышева.

Объём программы – 36 часов. Календарно-тематический план предусматривает 1 час неделю (одно занятие – один академический час). При

организации занятий по представленной программе осуществляется системный подход к изучению материала, когда составляющей курса является не отдельное занятие, а отдельная тема или раздел и их интеграция. При этом достигается целостность восприятия и возможно выделение наиболее существенного в изучаемом материале.

### **Возрастные особенности обучающихся**

Учащиеся 12-16 лет – это подростковый возраст. Центральная линия развития в этом возрасте – стремление к самоактуализации. В гимназии обучаются дети с высоким интеллектуальным потенциалом, у них ярко выражена познавательная мотивация. Подросток стремится овладеть самостоятельными формами работы, проявляется познавательная активность, потребность общения. Активно идёт процесс социализации личности, миропонимания, формирование экологического мышления, общей картины мира, отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих. Занятия проектной и исследовательской деятельностью могут благотворно повлиять на формирование полноценной интеллектуальной деятельности, а участие учащихся в конкурсах проектных и исследовательских работ, олимпиадах по биологии, будут способствовать формированию стремления к достижениям и уверенности в себе.

Цели занятий:

- Сформировать убеждение, что выживание цивилизации, качество окружающей среды зависит от гармоничного единства личности, общества и природы.
- Гигиеническое воспитание и формирование здорового образа жизни в целях сохранения психического, физического и нравственного здоровья.
- Развитие у школьников мотивов бережного отношения к природе, ко всему живому как главной ценности на Земле.
- Подготовка учащихся к практической деятельности в области медицины и здравоохранения, психологических службах.
- Формирование адекватного поведения, направленного на выздоровление в случае болезни, особенно хронической.

- Воспитание интереса к получению знаний о человеке как явлении природы.
- Развитие творческого потенциала, учащегося: подготовка рефератов, сообщений, выполнение практических работ.

#### Задачи занятий:

- Дать элементарные знания об инфекционных, иммунных и генетических заболеваниях, о нарушениях нервной системы, о закономерностях формирования личности в семье и обществе.
- Развивать умения и навыки в оказании первой медицинской помощи при травмах, аллергии, бронхиальной астме.
- Научить детей основам правильного питания.
- Дать элементарные знания по психологии.
- Развить умение использовать теоретические знания в жизни.
- Научить улучшать собственное физическое и психическое состояния.
- Сформулировать отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред как своему здоровью, так и здоровью окружающих.
- Сформировать нетерпимое отношение к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью людей, сознательное участие будущих граждан нашего общества в охране здоровья и формирования среды, способствующей сохранению здоровья, особенно их труда и быта.

#### **Планируемые результаты**

##### **Учащиеся должны знать:**

- Свои права при обращении в лечебное учреждение;
- Наиболее распространенные заболевания, инфекции, их клиническая картина и профилактика;
- Хронические заболевания: причины возникновения, клиническая картина;
- Влияние наркотических средств (никотин, алкоголь, наркотики) на все системы организма и психику человека;
- Основные требования к охране труда;
- Значение питательных веществ, витаминов и минеральных веществ;
- Что такое рациональное питание;

- Влияние отравляющих веществ на организм человека;
- Заболевания, передающиеся половым путем;
- Об организации поведения и психики человека;

**Учащиеся должны уметь:**

- Оказать первую помощь при травмах;
- Приготовить и использовать элементарные антисептические средства;
- Составить рацион питания;
- Подсчитывать эффект суммации действий.

**Использовать основные исследовательские методы:**

- поиск информации,
- сбор и обработка данных,
- научное объяснение полученных результатов,
- видение и выдвижение новых проблем,
- выдвижение гипотез,
- способов их решения

**Таким образом, учащиеся должны научиться:**

- применять полученные знания на практике;
- работать с дополнительной литературой, наглядными пособиями;
- формировать собственную позицию, делать выводы;

В ходе выполнения исследовательской работы школьники приобретают следующие навыки:

- видеть проблему;
- самостоятельно ставить задачи;
- работать с литературными источниками;
- планировать, учитывать, контролировать, оценивать свою работу;
- овладевать навыками конструктивного общения, что включает: умение выступать перед публикой, связно излагать свои мысли в процессе полемики, аргументировано говорить, владеть вниманием аудитории, выслушивать других, задавать вопросы по проблемам выступления, с достоинством выходить из острых ситуаций.

**Достижение указанных целей и решение поставленных задач** возможно только с переходом на современную, прогрессивную и перспективную педагогическую систему образования: личностно ориентированное развивающее обучение. Данная система предполагает развитие творческих способностей учащихся, индивидуализацию их образования с учётом интересов и склонностей, так как её центром является личность.

Для решения обозначенных задач используются формы и методы работы, направленные на реализацию деятельностного подхода в обучении, служащие формированию осознанного отношения к собственной деятельности у учащихся, развивающие навыки исследовательской работы.

Реализация заявленных в настоящей программе целей и задач осуществляется благодаря использованию системы следующих **методов и методических приемов:**

**Методы:** словесно-иллюстративные методы: рассказ, беседа, дискуссия, работа с биологической литературой, лекции;

репродуктивные методы: воспроизведение полученных знаний во время выступлений; частично-поисковые методы;

исследовательские методы.

**Методические приемы:** развитию логического мышления способствуют *задания на установление причинно-следственных связей, явлений; на выявление сходства и различия строения, процессов жизнедеятельности организмов;* развитию познавательной активности помогает *использование биологических задач, учебных видеофильмов, презентаций, экскурсий в музеи, встречи с выпускниками СПГ и т.д.;*

Язык предмета осваивается через *тренинги, участие в научно- практических конференциях разного уровня (гимназического, муниципального, регионального) и т.д.*

В процессе обучения осуществляется дифференцированный подход.

В организации процесса обучения в рамках рассматриваемого курса используются **формы организации учебного процесса:** семинарская форма, индивидуально-



исследовательская, групповая (защита проектов, листовок здоровья, плакатов, буклетов).

### **Контрольно-оценочные материалы**

Педагогический контроль по программе «Человек и его здоровье» предусматривает несколько этапов и уровней.

Предварительный (входной) контроль направлен на выявление знаний, умений и навыков учащихся по предмету или разделу, который будет изучаться. Он позволяет определить исходный уровень знаний и умений, чтобы использовать его как фундамент, ориентироваться на допустимую сложность материала. Проводится в форме анкетирования.

Текущий контроль осуществляется в повседневной работе с целью проверки усвоения предыдущего материала и выявления пробелов в знаниях учащихся. Ведущая задача текущего контроля – регулярное управление деятельностью учащихся и ее корректировка. Он позволяет получить непрерывную информацию о ходе и качестве усвоения материала и на основе этого оперативно вносить изменения в учебный процесс. Проходит в форме тестирования, беседы, ответа на проблемные и занимательные вопросы, дискуссии, проектно-исследовательская работа, выступление на конференциях, творческий отчет о экскурсии, о проведении опыта, о проведении внеклассного мероприятия или занятия, защита творческих работ, презентаций, отчетная выставка.

Методы контроля и самоконтроля: педагогическое наблюдение, формирование портфолио творческих достижений и рабочих материалов педагогом и обучающимися, участие в различных конкурсах, олимпиадах, конференциях естественнонаучной направленности. Решение экологических задач, проблем, ситуаций тестов, написание проектных и исследовательских работ.

Итоговый контроль проводится в конце года, он направлен на проверку конкретных результатов обучения, выявления степени усвоения учащимися системы знаний, умений и навыков, полученных в процессе занятий на кружке «Человек его здоровье». Формами контроля могут служить написание исследовательских работ и проектов.

**Научно-исследовательская деятельность оценивается по степени активного участия обучающегося в конференциях, олимпиадах, конкурсах.**

<b>№ п/п</b>	<b>Ф.И.О. обучающегося</b>	<b>Название работы</b>	<b>Наименование мероприятия</b>	<b>Уровень мероприятия</b>	<b>Место</b>

Подобная организация учета знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности будет способствовать формированию и поддержанию ситуации успеха для каждого обучающегося, а также будет способствовать процессу обучения в командном сотрудничестве, при котором каждый обучающийся будет значимым участником деятельности.

**Программа предусматривает теоретические и практические занятия.**

**Теоретические занятия** – проводятся в виде бесед, лекций, рассказов, устных журналов и т.д. Показ демонстрационного и иллюстрационного материала.

**Практические занятия** – проводятся в виде дискуссий, мозговых штурмов, различных соревнований, конкурсов, игр, викторин, семинаров, лабораторных работ, экскурсий в медицинские учреждения, дней здоровья, тренингов, круглых столов. А также в форме исследовательских работ, оформлении тематических альбомов, стендов, раскладушек, стенгазет, составление и распространение листовок здоровья.

**Календарно - тематическое планирование занятий кружка**

**«Человек и его здоровье»**

**36часов**

№	Раздел. Тема занятия	Ко-во часов	теория	практика	форма организации занятия	форма контроля
<b>Проектно – исследовательская работа</b>		<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
1.	Понятие «проект», проектная деятельность, проектная культура	1	0,5	0,5	беседа, работа с литературой	обсуждение результативности
2.	Цели, задачи проектирования в современном мире, проблемы. Конструирование темы и проблемы проекта, курсовой работы	1	0,5	0,5	беседа, работа с литературой	обсуждение результативности
3.	Организация работы с научной литературой. Знакомство с каталогами.	1	0,5	0,5	работа с литературой	обсуждение результативности
4.	Оформление таблиц, рисунков и иллюстрированных плакатов, ссылок, сносок, списка литературы. Сбор и систематизация материалов	1	0,5	0,5	презентации, работа с литературой	обсуждение результативности
<b>Социальная медицина</b>		<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>		
5.	Причины, влияющие на здоровье человека и факторы его определяющие.	1	0,5	0,5	беседа	обсуждение результативности
<b>Инфекционные заболевания</b>		<b>3</b>	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>		
6.	История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями	1	0,5	0,5	работа с литературой	создание листов здоровья
7.	Инфекционные заболевания дыхательной системы	1	0,5	0,5	презентации	терминологические диктанты
8.	Инфекционные заболевания пищеварительной системы	1	0,5	0,5	презентации	терминологические диктанты
<b>Заболевания, связанные с вредными привычками</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
9.	Понятие «вредные привычки». Основные группы вредных привычек.	1	0,5	0,5	работа с литературой	обсуждение результативности
10.	Курение. Алкоголь. Наркотики	1	0,5	0,5	беседа	создание листов здоровья
<b>Распространенные хронические заболевания</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
11.	Классификация хронических заболеваний по группам	1	0,5	0,5	презентации	обсуждение результативности

12.	Особенности распространенных хронических заболеваний	1	0,5	0,5	работа с литературой	оценка за практикум
<b>Экстремальные ситуации: травматизм, отравления. Оказание первой помощи</b>		<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
13.	Виды травм	1	0,5	0,5	видеофильм	оценка за практикум
14.	Виды ядохимикатов; условия безопасного применения ядохимикатов	1	0,5	0,5	беседа	создание листков здоровья
15.	Меры первой помощи. Оказание первой помощи	1	0,5	0,5	презентации	терминологические диктанты
16.	Предупреждение травматизма. Охрана труда.	1	0,5	0,5	беседа	биологические задачи
<b>Гигиена питания</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
17.	Состав пищи, питательные вещества	1	0,5	0,5	презентация	обсуждение результативности
18.	Рациональное питание, культура питания. Составление рациона питания	1	0,5	0,5	работа с литературой	создание листков здоровья
<b>Ритмические процессы жизнедеятельности</b>		<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>		
19.	Биологические ритмы и их значение для организма	1	0,5	0,5	беседа	биологические задачи
<b>Гигиена быта</b>		<b>3</b>	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>		
20.	Абиотические факторы	1	0,5	0,5	беседа	биологические задачи
21.	Опасные вредители в доме	1	0,5	0,5	презентации	оценка за практикум
22.	Народная медицина – нужна ли она.	1	0,5	0,5	работа с литературой	создание листков здоровья
<b>Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы</b>		<b>3</b>	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>		
23.	Планирование семьи	1	0,5	0,5	беседа	обсуждение результативности
24.	Аборты; опасность абортов для здоровья женщины	1	0,5	0,5	презентации	создание листков здоровья
25.	Наследственные заболевания	1	0,5	0,5	презентации	создание листков здоровья
<b>Организация поведения и психики</b>		<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>		
26.	Потребности и мотивы поведения	1	0,5	0,5	беседа тренинг	оценка за практикум
<b>Деятельность мозга и психические процессы</b>		<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
27.	Внимание; виды внимания,	1	0,5	0,5	работа с	обсуждение

	воспитание внимания. Определение объема внимания				литературой	результативност и
28.	Деятельность мозга	1	0,5	0,5	учебный фильм	терминологичес кие диктанты
29.	Память: процессы памяти, запоминание, способы запоминания	1	0,5	0,5	презентации тренинг	оценка за практикум
30.	Мышление. Речь.	1	0,5	0,5	работа с литературой	биологические задачи
<b>Личность и ее свойства</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
31.	Индивид, индивидуальность, личность	1	0,5	0,5	презентации	обсуждение результативност и
32.	Волевые качества личности	1	0,5	0,5	беседа	обсуждение результативност и
<b>Человек в обществе</b>		<b>1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>		
33.	Психологическая культура и ее составляющие	1	0,5	0,5	работа с литературой	обсуждение результативност и
<b>Человек и биосфера</b>		<b>3</b>	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>		
34.	Разносторонняя связь человека с природой.	1	0,5	0,5	беседа	обсуждение результативност и
35.	Антропогенное воздействие на окружающую среду.	1	0,5	0,5	презентации	обсуждение результативност и
36.	Меры улучшения качества окружающей среды.	1	0,5	0,5	беседа	создание листочков здоровья
<b>ИТОГО</b>		<b>36</b>	<b>18</b>	<b>18</b>		

## Содержание предметного курса «Человек его здоровье»

**общее количество часов – 36 ч.**

### **1. Проектно – исследовательская работа (организационный) (4 часа)**

*Теоретическая часть:* Понятие «проект», проектная деятельность, проектная культура. Типология проектов: волонтерские, социальной направленности, бизнес-планы, проекты-прорывы. Проекты в современном мире проектирования, Цели, задачи проектирования в современном мире, проблемы. Конструирование темы и проблемы проекта, курсовой работы. Проектный замысел.

*Практическая часть:* Организация работы с научной литературой. Знакомство с специализированными словарями, справочниками, библиографическими

изданиями, периодической печатью, энциклопедиями и др. Применение информационных технологий в исследовании, проектной деятельности, курсовых работ. Работа в сети интернет. Библиография, справочная литература, каталоги. Оформление таблиц, рисунков и иллюстрированных плакатов, ссылок, сносок, списка литературы. Сбор и систематизация материалов.

## **2. Социальная медицина (1 ч)**

*Теоретическая часть:* Актуальность проблемы медицинского образования школьников.

*Практическая часть:* Данные медицинской статистики. Гигиена. Санитария. Причины, влияющие на здоровье человека и факторы его определяющие.

## **3. Инфекционные заболевания (3 ч)**

*Теоретическая часть:* История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями. Инфекционный процесс. Иммуитет, иммунная система.

Инфекционные заболевания дыхательной системы: ОРВИ, грипп, туберкулез. Статистика, причины появления заболевания, меры профилактики. Инфекционные заболевания пищеварительной системы. Бактериальные кишечные инфекции: холера, дизентерия, сальмонеллез, ботулизм. Вирусные инфекции пищеварительной системы: гепатит А. Глистные инвазии: аскаридоз, описторхоз. Заболевания кожи: чесотка, грибковые заболевания.

*Практическая часть:* создание листков здоровья, плакатов; проведение терминологического диктанта на отработку биологической терминологии.

## **4. Заболевания, связанные с вредными привычками (2 ч)**

*Теоретическая часть:* Понятие «вредные привычки». Основные группы вредных привычек. Курение. Влияние курения на организм человека. Алкоголь. Влияние алкоголя на системы органов. Наркотики. Состояние эйфории, физическая и психическая зависимость человека.

*Практическая часть:* составление листка здоровья, плакатов и их представление, и защита; работа с информационными источниками.

## **5. Распространенные хронические заболевания (2 ч)**

*Теоретическая часть:* Классификация хронических заболеваний по группам. Анемия. Виды анемии: железодефицитные, витаминдефицитные, белководефицитные. Лейкозы. Гастрит, язва, дуоденит. Мочевая инфекция, бронхиальная астма.

*Практическая часть:* работа с дополнительной литературой, представление докладов, презентаций.

#### **6. Экстремальные ситуации: травматизм, отравления. Оказание первой помощи (4 ч)**

*Теоретическая часть:* Виды травм. Открытые повреждения; закрытые повреждения. Причины травм. Предупреждение травматизма.

*Практическая часть:* 1- помощь при травмах; Составление буклета - рекомендации. Охрана труда.

*Теоретическая часть:* Виды ядохимикатов; условия безопасного применения ядохимикатов.

*Практическая часть:* Меры первой помощи при отравлении ртутью, общедовитыми веществами. Решение биологических – ситуационных задач.

#### **7. Гигиена питания (2 ч)**

*Практическая часть:* Состав пищи, питательные вещества. Витамины, гиповитаминозы и их последствия для организма.

*Теоретическая часть:* Значение минеральных солей и воды, влияние нитратов и солей тяжелых металлов на организм.

*Практическая часть:* Используя дополнительную литературу составить меню рационального питания; Изготовление листов здоровья о культуре питания, нормы потребления продуктов. Диеты.

#### **8. Ритмические процессы жизнедеятельности (1 ч)**

*Теоретическая часть:* Биологические ритмы и их значение для организма, влияние космических факторов. Формирование биологических ритмов. Суточные ритмы; годовые ритмы; многолетние ритмы. Нарушение ритмической деятельности организма. Тип суточной активности.

*Практическая часть:* решение ситуационных биологических задач.

## **9. Гигиена быта (3 ч)**

*Теоретическая часть:* Гигиена света. Влияние цвета на организм человека, подбор цветовой гаммы для жилых помещений. Синтетические материалы, их влияние на организм человека. Температурный режим и влажность воздуха в жилых помещениях, вентиляция. Опасные вредители в доме. Влияние шума на организм человека. Лекарственные растения, их влияние на организм. Народная медицина – нужна ли она.

*Практическая часть:* работа с литературой, обсуждение презентации. Составление листков здоровья.

## **10. Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы (3 ч)**

*Теоретическая часть:* Планирование семьи, задачи, стоящие перед генетикой; наследственные заболевания. Аборты; опасность аборт для здоровья женщины. Гигиена женщины, гигиена беременной женщины.

*Практическая часть:* составление листка здоровья.

## **11. Организация поведения и психики (1 ч)**

*Теоретическая часть:* Потребности и мотивы поведения. Изменчивость поведения. Обучение, умения, навыки, привычки. Функциональная организация мозга.

*Практическая часть:* тесты, тренинги

## **12. Деятельность мозга и психические процессы (4 ч)**

*Теоретическая часть:* Деятельность мозга. Воображение: виды воображения.

Внимание; виды внимания, воспитание внимания. Память: процессы памяти, запоминание, способы запоминания. Виды памяти. Мышление: абстрактное мышление, мыслительные операции. Речь: развитие речи, виды речи. Эмоции: типы эмоциональных состояний, эмоции и поведение. Сознание. Творчество.

*Практическая часть:* тесты, тренинги, биологические задачи.

## **13. Личность и ее свойства (2 ч)**

*Практическая часть:* работа с рисунками, текстами по выявлению и составлению характеристики - Индивид, индивидуальность, личность, задатки личности, талант, гениальность, развитие способностей. Темперамент и характер.



*Теоретическая часть:* Волевые качества личности. Внутренний мир человека. Этапы формирования личности. Самооценка. Влияние алкоголя и наркотиков на психику.

#### **14. Человек в обществе. (1 ч)**

*Практическая часть:* работа с дополнительной литературой.

*Теоретическая часть:* общение и его функции, средства общения, психологическая культура и ее составляющие. Конфликты и пути их разрешения.

#### **15. Человек и биосфера (3 ч)**

*Теоретическая часть:* Разносторонняя связь человека с природой. Антропогенное воздействие на окружающую среду. Окружающая среда и здоровье человека. Формирование ответственного отношения человека к природе как важнейший элемент современного природопользования. Меры улучшения качества окружающей среды.

*Практическая часть:* составление плакатов, буклетов, листовок здоровья.

#### **Условия реализации программы**

✓ *Материально-техническое обеспечение программы*

№	Наименование средств обучения	Чем представлены
1	Модели	сердце млекопитающего, глаз млекопитающего, скелет человека на штативе (85 см), торс человека (малый – 42см), почка в разрезе, мозг в разрезе, гортань в разрезе, ухо, глаз человека, аппликация «Деление клетки», аппликация «Развитие хордовых», череп человека с раскрашенными костями
2	Печатная продукция	- учебные таблицы; -учебники; -портреты ученых
3	Экранно-звуковая продукция	-видеопрезентации; -видеофильмы: «Анатомия человека», «Гигиена питания», «Воспитание осанки и профилактика сколиоза у детей», «Значение тренировки сердца», «Кожа и гигиена одежды», «Секреты нашего сердца». «Сотая загадка мышц» и др.
4	Технические средства	-компьютер; -проектор; -экран
5	Приборы и	микроскопы, лупы, микроскоп школьный 2П-3М,

	лабораторное оборудование	набор хим.посуды и принадлежностей для дем, работ, набор инструментов препаровальных, набор хим.посуды и принадлежи, для лаб. работ и т.д
--	---------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

✓ *Методическое обеспечение программы:*

- справочная литература;
- словари по биологии и экологии;
- медицинская энциклопедия
- методические пособия;
- индивидуальные карточки для работы.

✓ *Информационные ресурсы*

Учебно-методическое обеспечение программы

*Нормативные документы:*

1. Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993).
2. Концепция развития дополнительного образования, М.: 2014.
3. Государственная программа «Развитие образования» на 2013-2020 годы.
4. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4. 1251-03 (зарегистрировано в Минюсте 27.05.03 Г. №4594) – старые СанПиН 2.4.4. от 15 мая 2013 – новый проект.
5. О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей. Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844.

*Психолого-педагогические издания:*

1. Колеченко А.К. Энциклопедия педагогических технологий: пособие для преподавателей. – СПб.: 2002.
2. Кульневич С.В., Иванченко В.Н. Дополнительное образование детей: методическая служба: Практическое пособие – Ростов-н/Д: Учитель, 2005.
3. Лизинский В.М. Приемы и формы учебной деятельности. – М.: 2002.
4. Питюков В.Ю. Основы педагогической технологии: Учебно-педагогическое пособие: Учебно-методическое пособие. – М.: 2001.
5. Программа педагога дополнительного образования: От разработки до реализации / Сост. Н.К.Беспятова. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2004. – (Методика)
6. Фришман И.И. Методика работы педагога дополнительного образования. – М.: 2001

*Специальные издания:*

1. Здоровье человека и окружающая среда», В.Т. Величковский и др., М: «Новая школа», 1997.
2. Алексеев Н. Г., Леонтович А. В. Критерии эффективности обучения учащихся исследовательской деятельности // Развитие исследовательской деятельности учащихся. - М.: Народное образование, 2001.

3. Маюрова М.В. Водные экосистемы. Креативная лаборатория «Исследование социозэкологического равновесия». – Сургут, 2002. – 86с.
4. Обухов А. С. Исследовательская деятельность как возможный путь вхождения подростков в пространство культуры // Развитие исследовательской деятельности учащихся. - М.: Народное образование, 2001.
5. Экология: Лабораторный практикум для учащихся школ и студентов вузов. /Сост. Ю.С. Григорьев, И.К. Григорьева. - Красноярск: Красн. Гос. Ун-т, 1997. – 30с.

*Для обучающихся:*

1. Александрова В.П., Болгова И.В. Культура здоровья человека. Практикум с основами экологического проектирования. – М.: Вако, 2015.
2. Биологический энциклопедический словарь.
3. Любимова З.В., Маринова К.В. Человек и его здоровье. – М.; Владос, 2012.
4. Колесов Д. В., Маш Р. Д. Основы гигиены и санитарии. Факультативный курс. М.: Просвещение, 1989.
5. Колесов Д. В., Предупреждение вредных привычек школьников. М.: Педагогика, 1984.

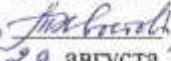
*Для учителя:*


1. Семенов Э.В. Физиология и анатомия человека. – М.: СЭВ-Пресс, 2010.
2. Заяц Р.Г., Бутвиловский В.Э. и др. Общая и медицинская генетика. – Ростов-на-Дону: «Феникс», 2011.
3. И.Товпинец. Уроки здоровья. Москва: Мир,1993.
4. Макаров К.А. Химия и медицина. Москва: Просвещение,1998.
5. Анатомия человека. Под редакцией М.Р.Сапина.М.Медицина, 2005.
6. Билич Г.Л. Биология: цитология, гистология, анатомия человека. Санкт-Петербург. Союз, 2001.
7. Физиология человека. Учебник под редакцией В.М.Смирнова. М. Медицина, 2001.
8. Г.К. Зайцев. Школьная валеология. Санкт-Петербург. Из-во: «Акцидент», 1998.
9. Л.Г. Татарникова. Педагогическая валеология. Санкт-Петербург. Издательство: «Петрос», 1995.
10. Л.Г. Татарникова, М.В. Поздеева. Валеология подростка. Санкт-Петербург: Издательство «Петрос», 2000.
11. Модно быть здоровым. (Из опыта проведения Всероссийского урока здоровья). Йошкар-Ола, 2004.
12. Предметные недели в школе: биология, экология, ЗОЖ. Составители: В.В. Балабанова, Т.А. Маживцева. Волгоград: Изд-во: учитель, 2001.
13. Классные часы и беседы по профилактике наркомании. Под ред. В.В.Аршиновой. Москва: Изд-во: Сфера, 2005.

*Интернет- источники:*

- <http://medvman.ru/kletka/>
- <http://festival.1september.ru/articles/subjects/5?n=12>
- [http://metodisty.ru/m/groups/files/biologiya?cat=217&page\\_files=3](http://metodisty.ru/m/groups/files/biologiya?cat=217&page_files=3)

- <http://nsportal.ru/shkola/biologiya>
- <http://www.medbio-kgmu.ru/cgi-bin/go.pl?i=1249>
- [http://biologymoscow.ucoz.ru/index/transport\\_veshhestv/0-43](http://biologymoscow.ucoz.ru/index/transport_veshhestv/0-43)

Согласовано  
Заместитель директора по УВР  
 Хвостова Т.В.  
29 августа 2022г.

Согласовано на заседании ШМО  
учителей естественно-научного цикла  
 /Н.В.Марлынова/  
Протокол №1  
от «16» августа 2022г.