

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Красулинская основная общеобразовательная школа»

Программа рассмотрена на
методическом объединении
учителей естественно-
математического цикла
Протокол № 1 от 29.08.2022 г.



Согласована:
Зам. директора по УВР:
См /Н.В.Смирнова /

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
общекультурного направления
«За страницами учебника биологии»
для 8 класса
на 17 часов
на 2022-2023 учебный год

Составлена:
учителем биологии
Шамаевым Юрием Анатольевичем

2022 год

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы

Общая характеристика программы

Настоящая дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа разработана с учетом *нормативных документов*:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации;
- Приказа Мин просвещения России от 09.11.2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Письмо Минобрнауки России от 18.11.15 № 09- 3242);
- Постановление Государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжение Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019г. № 212-р " О внедрении системы персонифицированного финансирования дополнительного образования детей на территории Кемеровской области";
- Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области № 740 от 05.04.2019 г. "Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей";
- Постановление администрации Новокузнецкого муниципального района от 20.05.2019 № 87 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в Новокузнецком муниципальном районе»;
- Устава МБОУ «Красулинская ООШ».

Направленность программы. Программа «За страницами учебника биологии» имеет естественнонаучную направленность.

Актуальность программы. Программа призвана сформировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать эти знания в повседневной жизни. В игровой форме разбираются различные клинические случаи, вырабатывается умение ясно и просто формулировать, и высказывать свои мысли.

Учитывая избыточную учебную нагрузку на учащихся, разъясняется польза физических упражнений.

Отличительные особенности. Программа дает представление учащимся о строении собственного организма, понимание им особенностей работы органов и тканей, знакомство с природой и механизмами развития различных заболеваний. Программа предоставляет возможность учащимся обратить внимание на проблемы здоровья современного человека, знакомит с многообразием вирусных и бактериальных заболеваний, недопустимость самолечения.

В данной программе уделяется большое внимание вопросам здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности, применяются современные педагогические технологии: игровая, диалогового обучения, личностного ориентированного обучения, репродуктивная и на элементарном уровне – учебно-исследовательская. В программе заложены следующие составляющие: образовательная, просветительская, профориентационная.

Адресат программы. Программа разработана для детей 12-15 лет. В процессе изучения разделов обучающиеся расширяют свой кругозор, узнают о глобальных проблемах современности, к примеру об ухудшении экологической ситуации, учатся понимать связи между своими действиями и здоровьем - своим и окружающих, начинают осознавать ответственность за свой образ жизни. Также занятия нацелены на знакомство со своим организмом и с правилами, которых необходимо придерживаться для укрепления своего здоровья.

Объем и срок освоения программы – 1 год, 17 академических часов.

-теоретические занятия 6 часов

-практические занятия 11 часов.

Уровень освоения программы: базовый

Формы обучения: очная, очно-заочная, заочная. Основной формой обучения является занятие.

Формы организации деятельности: программой предусматривается групповая форма обучения.

Режим занятий: 1 раз в две недели по одному академическому часу.

Продолжительность академического часа 45 минут.

Цель программы: создание условий для сохранения психического и физического здоровья учащихся, формирования культуры здорового и безопасного образа жизни и правильных представлений о функциях человеческого организма.

Задачи:

Метапредметные:

- понимать необходимость организации рабочего места;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей, учитывая свои возможности и условия ее реализации;
- осуществлять контроль над правилами выполнения оздоровительных действий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- осуществлять поиск информации с использованием различных источников (включая пространство Интернета) и запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе;
- адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач игровой и групповой деятельности;
- отстаивать свое мнение, формулируя собственную позицию;
- контролировать свои действия в коллективной работе, соблюдать правила взаимодействия.

Личностные:

- общее представление о здоровье человека как об одной из основополагающих ценностей человеческой жизни;
- чувство сопричастности к решению экологических проблем родного края и Родины;
- основа для развития чувства прекрасного через представления о физической красоте человека и ее совершенствовании в активной жизнедеятельности;
- уважение к чувствам и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- бережное отношение к окружающей среде, сформированность установок на заботу об экологии;

Предметные:

- ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях.

**Содержание дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы
Учебный план**

№	Название раздела	Всего часов	В том числе		Формы контроля
			теория	практика	
1	Введение	1	1		
2	Окружающая среда и здоровье.	3	1	2	Практикум № 1 Практикум № 2
3	Экстремальные факторы.	2	1	1	Практикум № 3
4	Режим дня.	2		2	Практикум № 4 Практикум № 5
5	Вредные привычки	1	1		
6	Влияние физкультуры и спорта на организм человека.	2		2	Практикум № 6 Практикум № 7
7	Питание и здоровье.	3		3	Практикум № 8 Практикум № 9 Практикум № 10
8	Диагностические процедуры больных	1		1	Практикум № 11
9	Бактерии, вирусы и человек.	1	1		
10	Уход за больными	1	1		
	Итого:	17	6	11	

Содержание программы

Раздел 1. Введение. (1ч.)

Теория. Понятие здоровья. Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека.

Раздел 2. Окружающая среда и здоровье.(3ч.)

Теория. Влияние смены погоды, в т.ч и температуры, на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления. Магнитные бури. Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению.

Практика. Практикум № 1. Составление рекомендаций метеозависимым людям. Практикум № 2. Составление рекомендаций людям, подверженных влиянию магнитных бурь.

Раздел 3. Экстремальные факторы.(2ч.)

Теория. Влияние перегрузок и невесомости на организм человека. Электрические и магнитные поля и их влияние на человека. Радиация. Рентгеновское излучение.

Практика. Практикум №3. Измерение пульса, артериального давления и частоты дыхания до и после физической нагрузки.

Раздел 4. Режим дня.(2ч.)

Практика. Практикум № 4. Разработка собственного режима дня. Практикум № 5. Анализ рационального распределения времени суток

Раздел 5. Вредные привычки. (1ч.)

Теория. Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение. Электронные сигареты - вредно или нет. Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте

Раздел 6. Влияние физкультуры и спорта на организм человека. (2ч.)

Практика. Практикум № 6. Измерение жизненного объема легких у тренированного и нетренированного человека. Практикум № 7. Приемы оказания первой медицинской помощи при нарушении ОДА

Раздел 7. Питание и здоровье. (3ч.)

Практика. Практикум № 8. Составление индивидуального рациона питания. Практикум №9. Расчет калорийности обеда. Практикум № 10. Изучение этикеток продуктов питания.

Раздел 8. Диагностические процедуры больных.(1ч.)

Практика. Практикум № 11. Расшифровка анализа крови и мочи.

Раздел 9. Бактерии, вирусы и человек. (1ч.)

Теория. Общие сведения об инфекциях. Источники заражения и пути их передачи. Сроки инкубационного периода некоторых И.Б. Сроки изоляции больных и средства защиты (пути) лиц, обращающихся с ними. Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика. Антибиотики, их влияние на организм человека. Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа - клиника, лечение и профилактика.

Раздел 10. Уход за больными.(1ч.)

Теория. Уход за больными пожилого возраста и лежачими больными. Уход за инфекционными больными. Уход за новорожденными детьми.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные:

- сформированность мотивации учеников к обучению и целенаправленной познавательной деятельности;
- способность ставить цели и строить жизненные планы;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве
- осуществление сознательного выбора своей индивидуальной траектории учения;
- осознанный выбор и построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

- развитие чувства личной ответственности за качество окружающей информационной среды.

Предметные:

- ставить новые учебные задачи, учитывая свои физические возможности и психологические особенности;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- учитывать в своих действиях позиции других людей и координировать деятельность, несмотря на различия во мнениях.

Метапредметные:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- соотношение своих действий с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности;
- вступление в диалог и участие в коллективном обсуждении проблемы, аргументировать свою позицию;
- осуществление информационного поиска для решения задач в учебной, справочной, научно-популярной литературе, в сети Интернет, других поисковых системах.
- самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера

I. Комплекс организационно-педагогических условий программы

Условия реализации программы

Календарный учебный график

Количество учебных недель: 35

Количество учебных дней: 189

Продолжительность каникул: каникулы не предусмотрены

Дата начала и окончания учебных периодов/этапов: 1 сентября-31 декабря, 11 января-31 мая

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы необходимо наличие:

- ✓ отдельного помещения (класса с посадочными местами и столами); занятия проводятся в учебном классе общей площадью 40 м², с посадочными местами группы учащихся 24 человека);
- ✓ компьютерной техники для работы с электронными учебными пособиями, оформления и презентации результатов исследования; (компьютер, ноутбук, планшет,

принтер, включающий в себя устройство для воспроизведения аудиокассет, CD и DVD, мультипроектор, экспозиционный экран и др.); мультимедийный проектор, видеокамера, фотоаппарат, акустическая система, интерактивная панель;

- ✓ оборудование для лабораторных занятий (лабораторная посуда, реактивы, микроскоп световой, микроскоп стереоскопический (бинокуляр), лупа лабораторная;
- ✓ схемы, таблицы, плакаты, муляжи;
- ✓ оборудование для практических занятий (иллюстративный материал, секундомер, тонометр, сантиметровая лента и т.д.);

Информационное обеспечение

- демонстрационное оборудование, предназначенное для одновременной демонстрации изучаемых объектов и явлений группе обучаемых и обладающее свойствами, которые позволяют видеть предмет или явления. Экранно-звуковые пособия, передающие содержание образования через изображение, звук, анимацию и кинестику; интерактивный экспонат «Физиологическая мощь человека», интерактивный экспонат «Биоритм», интерактивный экспонат «Время реакции», интерактивный экспонат «Витрувианский человек», интерактивное пособие «Человек. Строение тела человека»;
- дополнительные мультимедийные (цифровые) образовательные ресурсы, интернет-ресурсы, аудиозаписи, видеофильмы, слайды, мультимедийные презентации, тематически связанные с содержанием курса;
- библиотечный фонд (книгопечатная продукция).

Кадровое обеспечение учебного курса

Педагог дополнительного образования, владеющий знаниями в области анатомии и физиологии человека, биологии, владеющий навыками оказания первой доврачебной (неквалифицированной) помощи.

Формы контроля образовательной программы

В ходе работы предусмотрены формы контроля- практикумы, при которых оцениваются результаты обучающего процесса.

Система контроля и оценивания результатов учащихся

Формы определения результативности детей по программе: наблюдение, тестирования, творческие работы, самостоятельные работы репродуктивного характера, вопросники-анкеты, защиты творческих работ, исследовательских работ, решение проблемных ситуаций, подготовка и показ презентаций.

Методическое обеспечение программы

- Словесные, наглядные, практические.
- Репродуктивные, проблемно-поисковые.
- Самостоятельные, несамостоятельные.

Список литературы

1. Артюнина Г.П. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни [Текст] / Г.П. Артюнина. - Москва, Академический проект, 2009. – 231с.
2. Бубнов В.Г. и Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний [Текст] / В.Г.Бубнов Н.В. Бубнова. - Москва, Астрель, 2005.- 315с.
3. Драгомилов А.Г., Маш Р.Д. Биология 8 класс[Текст] /А.Г.Драгомилов ,Р.Д. Маш.-Нижний Новгород,Вентана – Граф, 2014. -230с.
4. Драгомилов А.Г., Р.Д. Маш. Биология. Человек. Методическое пособие[Текст] / А.Г.Драгомилов , Р.Д. Маш. - Нижний Новгород, Вентана – Граф, 2010.-170с.
5. Драгомилов А.Г., Р.Д. Маш. Программы. Природоведение. Биология. Экология 5- 11 класс[Текст] / А.Г.Драгомилов , Р.Д. Маш. - Нижний Новгород,Вентана-Граф, 2012 .- 233с.
6. Зверев И.Д. Человек. Организм и здоровье[Текст] /И. Д. Зверев.-Нижний Новгород, Вента-Граф, 2000. -270с.
7. Куинджи Н.Н. Валеология[Текст] / Н.Н.Куинджи.- Москва, Аспект-Пресс, 2001. -176с.
8. Модно быть здоровым. Из опыта проведения Всероссийского урока здоровья.- Йошкар-Ола, 2004. -56с.
9. Балабанова В.В., Маживцева Т.А. Предметные недели в школе: биология, экология, ЗОЖ[Текст] / В.В. Балабанова, Т.А. Маживцева.-Волгоград, Учитель, 2011.-215с.
10. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология[Текст] /Л.Г.Татарникова.-Санкт-Петербург, Петрос, 1995.-230с.
11. ТатарниковаЛ.Г., Поздеева М.В. Валеология подростка[Текст]/Л.Г.Татарникова, М.В.Поздеева.-СанктПетербург,Петрос, 2010. -170с.

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Дата	Тема занятия	Характеристика основных видов деятельности обучающихся	Формы контроля
1. Введение (часа)				
1(1)		Биологические науки, изучающие организм человека.	Учатся правильно формулировать свои мысли. Решать поисковые задачи. Обосновывать свою точку зрения. Формировать системное мышление. Обмениваться с одноклассниками своими мыслями.	
2. Окружающая среда и здоровье (3 часа)				
2(1)		Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека.	Формируют умение спрашивать (выяснять точки зрения других учеников); умение выразить свою точку зрения (понятно для всех формулировать своё мнение, аргументировано его доказывать); умение договариваться (выбирать в доброжелательной атмосфере самое верное, рациональное, оригинальное решение).	Практикум № 1. Составление рекомендаций метеозависимым людям
3(2)		Как влияют перепады температуры на состояние человека.		Практикум № 2. Составление рекомендаций людям, подверженных влиянию магнитных бурь.
4(3)		Проблема загрязнения воздуха, воды.		
3. Экстремальные факторы (2 часа)				
5(1)		Влияние перегрузок и невесомости на организм человека.	Учатся правильно формулировать свои мысли. Решать поисковые задачи. Формируют умения находить необходимую литературу, выбирать нужную информацию.	Практикум №3. Измерение пульса, артериального давления и частоты дыхания до и после физической нагрузки
6(2)		Электрические и магнитные поля и их влияние на человека.		
4. Режим дня (2 часа)				
7(1)		Режим дня. Биологические ритмы.	Учатся правильно формулировать свои мысли. Решать поисковые задачи. Обмениваться с одноклассниками своими мыслями.	Практикум № 4. Разработка собственного режима дня
8(2)		Роль сна и здоровье человека.		Практикум № 5. Анализ рационального распределения времени суток
5. Вредные привычки (1 час)				

9(1)		Влияние алкоголя и никотина на организм человека.	Формируют умение; умение выражать свою точку зрения (понятно для всех формулировать своё мнение, аргументировано его доказывать); умение договариваться (выбирать в доброжелательной атмосфере самое верное, рациональное, оригинальное решение).	
6. Влияние физкультуры и спорта на организм человека (2 часа)				
10(1)		Значение физической активности в современном обществе.	Учатся правильно формулировать свои мысли. Обмениваться с одноклассниками своими мыслями.	Практикум № 6. Измерение жизненного объема легких у тренированного и нетренированного человека.
11(2)		Влияние физической активности на здоровье.		Практикум № 7. Приемы оказания первой медицинской помощи при нарушении ОДА
7. Питание и здоровье (3 часа)				
12(1)		Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.	Формируют умение выражать свою точку зрения (понятно для всех формулировать своё мнение, аргументировано его доказывать); умение договариваться (выбирать в доброжелательной атмосфере самое верное, рациональное, оригинальное решение).	Практикум № 8. Составление индивидуального рациона питания.
13(2)		Химический состав пищи. Калорийность.		Практикум №9. Расчет калорийности обеда.
14(3)		Сбалансированное питание – залог здоровья.		Практикум № 10. Изучение этикеток продуктов питания.
8. Диагностические процедуры больных (1 час)				
15(1)		Клинические анализы и их расшифровка.	Учатся правильно формулировать свои мысли. Решать поисковые задачи. Обосновывать свою точку зрения.	Практикум № 11. Расшифровка анализа крови и мочи
9. Бактерии, вирусы и человек (1 час)				
16(1)		Общие сведения об инфекциях.	Учатся правильно формулировать свои мысли. Решать поисковые задачи. Обосновывать свою точку зрения.	
10. Уход за больными (1 час)				
17(1)		Уход за больными	Учатся правильно формулировать свои мысли. Решать поисковые задачи. Обосновывать свою точку зрения.	

Практикум

Практикум № 1. Составление рекомендаций метеозависимым людям.

Практикум № 2. Составление рекомендаций людям, подверженным влиянию магнитных бурь.

Практикум №3.Измерение пульса, артериального давления и частоты дыхания до и после физической нагрузки.

Практикум № 4. Разработка собственного режима дня.

Практикум № 5. Анализ рационального распределения времени суток

Практикум № 6. Измерение жизненного объема легких у тренированного и нетренированного человека.

Практикум № 7. Приемы оказания первой медицинской помощи при нарушении ОДА

Практикум № 8. Составление индивидуального рациона питания.

Практикум №9. Расчет калорийности обеда.

Практикум № 10. Изучение этикеток продуктов питания.

Практикум № 11. Расшифровка анализа крови и мочи.