

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 6
имени Героя Советского Союза А.В. Новикова города
Новокуйбышевска городского округа Новокуйбышевск Самарской области
446218, Самарская область, г.о. Новокуйбышевск, пер. Школьный д. 7, тел. 4-70-08

РАССМОТРЕНА

СОГЛАСОВАНА

УТВЕРЖДЕНА

на заседании ШМО

Зам. директора по УВР

Директор ГБОУ ООШ № 6

Протокол №_1__от

_____Паршина А.С.

Приказ № 607-ОД от 01.09.24г.

« 30 » августа 2024г.

« 30 » августа 2024г.

_____ Кабина О.И.

Рабочая программа

предпрофильного курса внеурочной деятельности

«Практикум по биологии»

9 класс



C=RU, O=ГБОУ ООШ № 6 г.
Новокуйбышевска,
CN=Кабина О.И.,
E=sch6_nkb@samara.edu.ru
я подтверждаю этот
документ
00b7d5d2343e91d607
2024.09.09 07:14:32+04'00'

Составитель:

Тупицына Марина Алексеевна

г. Новокуйбышевск

Пояснительная записка

На сегодняшний день очевидны проблемы здоровья граждан России. Именно общество в лице образовательных учреждений формирует систему приоритетов и ценностей, определенный стиль жизни, так называемые социально одобряемые нормы поведения. Поэтому если учащийся не очень понимает необходимость сохранения своего здоровья, то задача образовательного учреждения состоит в разъяснении того, что ты сам в состоянии ответить за свое будущее и твоя успешность напрямую зависит от состояния твоего здоровья. Необходимо найти новые формы пропаганды и внедрения ценностей здорового образа жизни, культуры здоровья, выработать новую систему социально-культурных ценностей, в которой здоровье будет одним из основных личностных приоритетов.

Также предлагаемый курс внеурочной деятельности может поддержать и углубить знания по биологии (анатомии человека), валеологии. Он поможет проверить целесообразность выбора профиля дальнейшего обучения и будущей профессии выпускника. Курс проводится в виде лекционно-практических-исследовательских занятий с оформлением содержания занятия в рабочих тетрадях.

В течение всего курса внеурочной деятельности учащиеся работают с дополнительной литературой, оформляют полученные сведения в виде реферативных работ, проектов и т.д. В конце курса проводится конференция, где школьники выступают с докладами по заинтересовавшей их проблеме.

Для профориентации на такие конференции могут приглашаться медицинские работники. Предусмотрено ознакомление с приемами оказания доврачебной помощи, повышающие понимание важности выполняемого дела.

Программа имеет прикладное значение – профориентации. Ребята также могут посещать курс с целью получения элементарных знаний об основных вопросах медицины, физиологии и гигиены, о способах сохранения и укрепления здоровья, особенностях влияния вредных привычек и окружающей среды на здоровье человека, навыков оказания первой помощи.

Результатом изучения курса: "Занимательная биология" является урок-зачет с элементами практических заданий, где проверяется не только теоретическое знание вопросов, но и практические навыки, полученные на занятиях курса. Или итоги изучения элективного курса можно обсудить на семинарском занятии, либо защитить проект или исследовательскую работу по какой-либо тематике.

Цель: Формирование у обучающихся бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей, развитие культуры здорового образа жизни и расширение кругозора в области медицины.

Задачи:

- обеспечение необходимых условий для личностного развития, повышение мотивации для укрепления своего здоровья;

- адаптация их к жизни в обществе;

- формирование общей культуры, в том числе культуры здорового образа жизни;

Учебно-воспитательные задачи следующие:

- сознание и апробация здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;

- развитие у учащихся причинно-следственных и межпредметных связей в ходе реализации программы;

- формирование у учащихся осознанного выбора здорового образа жизни.

- повышение мотивации к изучению предмета «Анатомия человека»

- Дать обучающимся знания и обучить практическим навыкам оказания первой доврачебной помощи в различных опасных для жизни ситуациях.

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня заболеваемости обучающихся.

2. Формирование культуры здорового образа жизни.

3. Осознанный выбор детьми здорового образа жизни.

Проверка ожидаемых результатов:

1. Конкурс для обучающихся на составление собственной программы здоровья.

2. Диагностика в виде тестов, анкет, опросников у данной категории подростков для выявления отношения их к алкоголю и других вредных привычек.

3. Защита мини – проектов «Программа моего здоровья».

4. Оказание первой доврачебной помощи.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

- Самоопределение.

- Смыслообразование.

- Самооценка и личностное самосовершенствование.

- Нравственно-этическая установка на здоровый образ жизни.

Метапредметные:

регулятивные:

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя.

- Высказывать свои версии на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному учителем плану.

- Составлять конспект и план ответа по определенной тематике.

познавательные:

- Делать предварительный отбор источников информации:

- Добывать новые знания, находить ответы на вопросы, используя различные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Составлять ответы на основе простейших моделей (рисунков, схем, таблиц.)

коммуникативные:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и работать в группе в паре.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Предметные:

- проводить простейшие наблюдения, измерения, опыты;
- ставить учебную задачу под руководством учителя;
- систематизировать и обобщать разные виды информации;
- составлять план выполнения учебной задачи;
- осуществлять самоконтроль и коррекцию деятельности;
- организовывать учебное сотрудничество с одноклассниками в ходе учебной деятельности;
- работать с различными источниками информации.
- устанавливать взаимосвязи здоровья и образа жизни; воздействие природных и социальных факторов на организм человека; влияние факторов окружающей среды на функционирование и развитие систем органов;
- систематизировать основные условия сохранения здоровья; факторы, укрепляющие здоровье в процессе развития человеческого организма;

Виды деятельности: организационно – деятельностные игры, викторины, выпуск буклетов, защита проектов, беседы, исследования, лекции.

Планируемые результаты

Школьники приобретут знания об основных вопросах медицины, физиологии и гигиены, особенностях влияния вредных привычек на здоровье, особенностях воздействия двигательной активности на организм человека, основах рационального питания, о “полезных” и “вредных” продуктах, о значении режима питания, способах сохранения и укрепления здоровья. Осуществляет поиск и выделяет конкретную информацию с помощью учителя. Использует средства профилактики ОРЗ, ОРВИ и др. болезней. Определяет благоприятные факторы, воздействующие на здоровье. Заботиться о своем здоровье. Использует навыки элементарной

исследовательской деятельности в своей работе. Оказывает первую медицинскую помощь. Задаёт вопросы, для организации собственной деятельности. Знает основные (самые распространённые) болезни систем органов, клинику и профилактику болезней человека, источники инфекции, профилактические прививки.

Содержание курса внеурочной деятельности

Введение. Здоровый образ жизни. Общие сведения о строении и функциях организма человека. (1 часа)

Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст. Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека. Просмотр видеофильма «Ключи от долголетия»

Здоровье человека (3 часа)

Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы. Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови. Антропометрия для оценки морфологических особенностей тела человека: измерение роста, веса, внешних форм тела (размеров черепа, окружности груди, шеи, плеч, предплечий, бедер, голеней), а также ряда функциональных показателей (жизненной емкости легких, силы мышц). Биоритмы и здоровье человека. Режим дня. Биологические ритмы. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна. Практикум Разработка собственного режима дня с учетом школьных занятий и подготовки.

Иммунная система и аллергия. (2 часа)

Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки. Виды вакцинации. Как изготавливают вакцины. Просмотр видеофильма «Вакцина». Причины аллергии, выявление. Современные иммуномодуляторы, можно ли применять без рецепта врача? Проблемы современной иммунологии, аллергии и генетики.

Гигиена питания (3 часа).

Понятие о правильном питании и режиме приема пищи. Химический состав пищи. Калорийность. Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ. Практикум Составление индивидуального рациона питания. Практикум Изучение этикеток продуктов питания. Практикум Расчет калорийности обеда.

Предупреждение сердечно - сосудистых заболеваний (3 часа)

Возрастные изменения в сердечно - сосудистой системе, Изменение кровообращения. Клиника и признаки заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, атеросклероза. Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии. Кровотечения, оказание первой помощи. Практикум Измерение артериального давления. Практикум. Наложение стерильных повязок на голову, грудь, живот, конечности. Практикум Наложение жгута при кровотечениях.

Взаимосвязь человека с окружающей средой (2)

Влияние компьютера на здоровье человека, как избежать проблем (электромагнитное излучение, позвоночник и суставы, заболевания органов дыхания). Шум как экологический фактор влияющий на самочувствие и здоровье человека.

Воздействие окружающей среды на органы чувств и ВНД человека. (2)

Физиологические особенности глаза, гигиена и профилактика глазных заболеваний. Определение гигиенических требований к освещению рабочего места. Возрастные изменения органов зрения. Особенности развития болезни: катаракта, глаукома, отслоение сетчатки. Причины, профилактика и симптомы близорукости, дальнозоркости, конъюнктивита. Практикум Определение остроты зрения по таблице. Зарядка для глаз.

Физиологические особенности уха, гигиена и профилактика заболеваний данного органа. Возрастные изменения органов слуха. Причины, профилактика и симптомы синусита, отита. серной пробки, тугоухости.

Итоговое занятие (1 час)

Тематическое планирование 9 класс

№	Название темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
Введение. (1)				
1	Здоровый образ жизни. Общие сведения о строении и функциях организма человека.	1	1	
Здоровье человека. (3 часа)				
2	Антропометрические изменения	1	1	
3	Биоритмы человека. Режим дня.	1		1
4	Значение физических упражнений для формирования системы опоры и движения	1	1	
Иммунная система. Аллергия (2 часа)				
5	Иммунная защита организма. Виды иммунитета.	1	1	
6	Аллергия. Аллергические реакции организма.	1	1	
Гигиена питания (3 часа).				
7	Неправильное питание. Пищевые добавки. Трансгенные продукты.	1	0,5	0,5
8	Культура питания. Витамины. Микроэлементы	1	1	
9	Избыточный вес. Болезни при ожирении и недоедании	1	0,5	0,5
Предупреждение сердечно - сосудистых заболеваний (3 часа)				
10	Физиологические особенности и гигиена кровеносной, сердечно- сосудистой и лимфатической систем человека	1	1	
11	Определение влияния физической нагрузки на работу сердца.	1		1
12	Функциональные нарушения работы сердца, кровеносной системы, их профилактика	1		1
Взаимосвязь человека с окружающей средой (2)				
13	Компьютер и здоровье.	1	1	

14	<i>Влияние шума на организм.</i>	1		1
Воздействие окружающей среды на органы чувств и ВНД человека. (2)				
15	Физиологические особенности глаза, гигиена и профилактика глазных заболеваний. Определение гигиенических требований к освещению рабочего места.	1	0,5	0,5
16	Физиологические особенности уха, гигиена и профилактика заболеваний данного органа	1	0,5	0,5
17	Итоговое занятие (1) Защита мини – проектов «Программа моего здоровья».	1		1
ИТОГО:		17	10	7