

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 22»

305046 г. Курск проезд Светлый д.15 тел./факс: (4712)53-06-50
ОКПО 23023156, ОГРН 1024600963342, ИНН/КПП 4629030617/463201001

E-mail kursk_22@mail.ru
<http://www.kursk-sosh22.ru>

Принята решением педагогический
совета

Протокол № 8 от «28» мар 2023 г.

Утверждена приказом МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №22»

от «28» мар 2023 года

№ 8

Директор школы Е.В. Цуканова
М.П.



**Рабочая программа курса внеурочной
деятельности
«УВЛЕКАТЕЛЬНАЯ БИОЛОГИЯ»
ООО (8 класс)**

Возраст детей – 14-15 лет

Срок реализации программы – 1 год

Составитель программы:

Лунева София Александровна,
учитель химии и биологии

Курск, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности составлена в соответствии с нормативной базой:

1. Закон РФ «Об образовании в РФ» (от 29.12 2012 г. № 273-ФЗ).
2. Указом Президента РФ от 7 мая 2012 г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».
3. Стратегией развития воспитания в РФ (2015–2025) (утв. Распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Федеральными государственными образовательными стандартами основного общего образования, утвержденных приказами Минпросвещения России от 31 мая 2021 года № 287.
5. Письмо Минобрнауки РФ от 12.05.11 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования».
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 05.12.2022 № 1063 "О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115"(вступил в действие с 01 сентября 2022г.)
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 "Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования"
(Зарегистрирован 12.07.2023 № 74223)
8. Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленные письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-167.

9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей, и молодежи».
10. План внеурочной деятельности МБОУ «СОШ №22» на 2023-2024 уч.год.
11. Устав ОУ.
12. Программа развития ОУ.

Актуальность

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 образовательному учреждению 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.

Программа внеурочной деятельности «Увлекательная биология» в 8 классе способствует формированию основ здорового образа жизни и сочетает в себе практическую, проектную и исследовательскую деятельность. Предусмотрено ознакомление с приёмами оказания доврачебной помощи, повышающие понимание важности выполняемого дела.

Также предлагаемый курс внеурочной деятельности может поддержать и углубить знания по биологии (анатомии человека).

В программу введен не только анатомо-физиологический и морфологический материал, но и сведения по экологии человека, растений и животных, о влиянии разнообразных экологических факторов на организм человека, о зависимости процессов жизнедеятельности и здоровья людей от природных и социальных факторов окружающей среды. Практические

занятия ориентируют учащихся на активное познание свойств организма человека и развитие умений по уходу за ним.

Программа имеет прикладное значение – профориентации. Он поможет проверить целесообразность выбора профиля дальнейшего обучения и будущей профессии выпускника. Поэтому, учащиеся 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.

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

Практические **задачи** данной программы:

- 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»;
- обучение практическим навыкам оказания первой доврачебной помощи в различных опасных для жизни ситуациях.

Срок реализации программы: программа реализуется в течение 1 года через внеурочную деятельность «Увлекательная биология», проводится в 8 классе в объеме 34 часа в год (1 раз в неделю).

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Освоение программы обучающимися позволит получить следующие результаты:

Личностные:

- сформированность мотивации учеников к обучению и целенаправленной познавательной деятельности;
- способность ставить цели и строить жизненные планы;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве
- осуществлять сознательный выбор своей индивидуальной траектории учения;
- осуществлять 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.

Метапредметные:

- постановка и формулирование проблемы;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, устанавливать причинно-следственные связи

- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности;
- вступать в диалог и участвовать в коллективном обсуждении проблемы, аргументировать свою позицию;
- осуществлять информационный поиск для решения задач в учебной, справочной, научно-популярной литературе, в сети Интернет, других поисковых системах.
- обучать основам реализации проектно-исследовательской деятельности;
- самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера;

В ходе освоения программы внеурочной деятельности "Увлекательная биология" учащиеся 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, средствах профилактики ОРЗ, ОРВИ и др. болезней. Учащиеся научатся определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье, заботиться о своем здоровье, оказывать первую медицинскую помощь.

Содержание курса

Название раздела	Содержание раздела	Вид деятельности	Форма организации
Введение	<p>Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст.</p> <p>Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека.</p>	Познавательная деятельность	Беседа, рассказ учителя, работа с дополнительными источниками информации, просмотр видеофильма
Окружающая среда и здоровье.	<p>Влияние смены погоды, в т.ч и температуры, на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления.</p> <p>Магнитные бури. Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений. Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению.</p>	Познавательная деятельность, исследовательская деятельность	Беседа, рассказ, практическая работа, лабораторная работа
Экстремальные факторы.	<p>Влияние перегрузок и невесомости на организм человека. Электрические и магнитные поля и их влияние на человека. Радиация. Рентгеновское излучение.</p>	Познавательная деятельность	Беседа, просмотр видеофильма, сообщения учащихся
.Режим дня.	<p>Режим дня. Биологические ритмы. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна.</p>	Познавательная деятельность	Тематический диспут, практикум

.Вредные привычки	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.	Познавательная деятельность, игровая деятельность	Групповая проблемная работа, просмотр видеофильма
Влияние физкультуры и спорта на организм человека.	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.	Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение	Беседа. сообщения учащихся, практическая работа
Питание и здоровье.	Понятие о правильном питании и режиме приема пищи. Химический состав пищи. Калорийность. Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.	Познавательная деятельность	Беседа, тематический диспут, практическая работа
Диагностические процедуры больных	Лечебные и диагностические процедуры. Клинические анализы и их расшифровка	Познавательная деятельность, исследовательская деятельность	Рассказ, демонстрация, практическая работа, экскурсия в клиническую лабораторию
Бактерии, вирусы и человек.	Общие сведения об инфекциях. Источники заражения и пути их передачи. Сроки инкубационного периода некоторых И.Б.	Познавательная деятельность	Рассказ учителя, конференция учащихся, практическая работа

	<p>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.</p> <p>Антибиотики, их влияние на организм человека. Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа - клиника, лечение и профилактика.</p>		
Уход за больными	<p>Уход за больными пожилого возраста и лежачими больными. Уход за инфекционными больными.</p> <p>Уход за новорожденными детьми.</p>	Познавательная деятельность	Рассказ, демонстрация, посещение ГКБ № 11
Прививки и вакцины.	<p>Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки. Виды вакцинации. Как изготавливают вакцины.</p>	Познавательная деятельность	Эвристическая беседа, просмотр видеофильма
Заболевания опорно-двигательной системы.	<p>Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Клиника и признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия. Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи.</p>	Познавательная деятельность	Проблемная ситуация, практикум по оказанию первой медицинской помощи, практическая работа
Основные болезни сердечно-сосудистой системы.	<p>Возрастные изменения в сердечно-сосудистой системе, Изменение кровообращения. Клиника и признаки</p>	Познавательная деятельность	Групповая работа, практикум по оказанию первой медицинской

	заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, артериосклероза. Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии. Кровотечения, оказание первой помощи.		помощи, практическая работа
Дыхательная система	Возрастные изменения дыхательной системы. Причины возникновения и признаки заболеваний. Клиника и признаки заболевания ринита, ОРЗ, гайморита, горной болезни. Клиника и признаки заболевания бронхиальной астмой, пневмонией, раком легких, туберкулезом.	Познавательная деятельность	Беседа, практическая работа
Заболевания пищеварительной системы.	Клиника и профилактика болезней желудочно-кишечного тракта: гастрита, язвы желудка, дисбактериоза, панкреатита, холецистита. Симптомы и лечение аппендицита, цирроза печени. Неправильное пищевое поведение – анорексия.	Познавательная деятельность	Круглый стол, просмотр видеофильма
Заболевания выделительной системы.	Симптомы и причины развития цистита и почечнокаменной болезни.	Познавательная деятельность	Рассказ, просмотр видеофильма
Болезни анализаторов	Возрастные изменения органов зрения. Особенности развития болезни: катаракта, глаукома, отслоение сетчатки. Причины, профилактика и симптомы близорукости, дальнозоркости, конъюнктивита.	Познавательная деятельность	Практическая работа, сообщения учащихся

	Возрастные изменения органов слуха. Причины, профилактика и симптомы синусита, отита. серной пробки, тугоухости.		
Уход и профилактика болезней кожи.	Причины, профилактика и симптомы дерматита, герпеса, меланомы, псориаза, грибковых заболеваний. Как избавиться от веснушек, бородавок и угрей. Какие проблемы кожи можно решить с помощью масок? Обморожения и ожоги их классификация. Уход за кожей. Способствует ли солярий развитию рака кожи. Какой должна быть подростковая косметика. Уход за ногтями и волосами.	Познавательная деятельность, исследовательская деятельность	Практическая работа, просмотр презентаций учащихся,
Итоговое занятие профориентационной направленности.	Этика и деонтология в медицине.	Игровая деятельность	Ролевая игра
Итоговое занятие профориентационной направленности.			1

**Тематическое планирование курса внеурочной деятельности
«Увлекательная биология».**

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов всего	В том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
	Введение (1 час)	1	1		
1	Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст.	1	1		Беседа, просмотр видеофильма
	Окружающая среда и здоровье (4 часа)	4	2	2	

2	Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления.	1	1		беседа
3	Как влияют перепады температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури.	1		1	Практикум
4	Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений.	1		1	Лабораторная работа
5	Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению.	1	1		беседа
	Экстремальные факторы (3 часа)	3	2	1	
6	Влияние перегрузок и невесомости на организм человека.		1		беседа
7	Электрические и магнитные поля и их влияние на человека.			1	практикум
8	Радиация. Рентгеновское излучение.		1		Просмотр видеофильма
	Режим дня (2 часа)	2	1	1	
9	Режим дня. Биологические ритмы.	1		1	практикум
10	Роль сна и здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна.	1	1		Просмотр видеофильма
	Вредные привычки (2 часа)	2	2		
11	Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение.	1	1		Тематический диспут
12	Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.	1	1		Просмотр видеофильма
	Влияние физкультуры и спорта на организм человека (2 часа)	2	1	1	

1 3	Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.	1	1		беседа
1 4	Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.	1		1	Практикум
	Питание и здоровье (3 часа)	3		3	
1 5	Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.	1		1	Практикум
1 6	Химический состав пищи. Калорийность.	1		1	Практикум
1 7	Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.	1		1	Практикум
	Диагностические процедуры больных (2 часа)	2		2	
1 8	Лечебные и диагностические процедуры	1		1	Экскурсия
1 9	Клинические анализы и их расшифровка.	1		1	Практикум
	Бактерии, вирусы и человек (3 часа)	3	3		
2 0	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.	1	1		Круглый стол
2 1	Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза –	1	1		Реферат

	клиника, лечение и профилактика.				
2 2	Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа - клиника, лечение и профилактика.	1	1		реферат
	Уход за больными (1 час)	1		1	
2 3	Уход за больными пожилого возраста и лежачими больными.	1		1	Экскурсия (виртуальная)
	Прививки и вакцины (1 час)	1	1		
2 4	Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки.	1	1		Просмотр видеофильма
	Заболевания опорно-двигательной системы.(2 часа)	2		2	
2 5	Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Клиника и признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия.	1		1	Практикум
2 6	Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи.	1		1	Практикум
	Основные болезни сердечно - сосудистой системы (2 часа)	2	1	1	
2 7	Клиника и признаки заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, атеросклероза.	1	1		Беседа
2 8	Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии.	1		1	практикум
	Дыхательная система (1 час)	1	1		
2 9	Клиника и признаки заболевания ринита, ОРЗ, гайморита, бронхиальной	1	1		Беседа

	астмой, пневмонией, раком легких, туберкулезом.				
	Заболевания пищеварительной системы (1 час)	1	1		
3 0	Клиника и профилактика болезней желудочно-кишечного тракта: гастрита, язвы желудка, дизбактериоза, панкреатита, холецистита.	1	1		Тематический диспут
	Заболевания выделительной системы (1 час)	1	1		
3 1	Симптомы и причины развития цистита и почечнокаменной болезни.	1	1		Просмотр видеофильма
	Болезни анализаторов (1 час)	1		1	
3 2	Болезни органов зрения и слуха	1		1	Практикум
	Уход и профилактика болезней кожи (1 час)	1	1		
3 3	Причины, профилактика и симптомы дерматита, герпеса, меланомы, псориаза, грибковых заболеваний.	1	1		Просмотр видеофильма
	Итоговое занятие профорientационной направленности (1 час)	1		1	
3 4	Ролевая игра "Хочу быть врачом..."			1	Ролевая игра

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методическая литература для учителя:

1. Зверев, И. Д. Книга для чтения по анатомии, физиологии, гигиене человека [Текст] : пособие для учащихся / И. Д. Зверев.-Изд. 2-е, переработанное.—М. : Просвещение, 1978. —239 с.
2. Коломинский, Я. Л. Человек среди людей [Текст] / Я. Л. Коломинский. - Изд. 2-е, дополненное. - М.: Молодая гвардия, 1973. - Серия «Эврика».
3. Мирзоев, С. С. Активизация познавательного интереса учащихся // Биология в школе. - 2007. - № 6.
4. Селевко, Г. К. Энциклопедия образовательных технологий. - Т. 1 / Г. К. Селевко. - М.: НИИ школьных технологий, 2006.
5. Тушина, И. А. Использование компьютерных технологий в обучении биологии // Первое сентября. - Биология. - 2003. - № 27-28.

6. Энциклопедия для детей [Текст]: Том 18. Человек. Ч. 2. Архитектура души. Психология личности. Мир взаимоотношений. Психотерапия / глав, ред. В. А. Володин. - М.: Аванта+, 2002. - 640 с.: ил.

7. Практическая психодиагностика [Текст] : Методики и тесты. Учебное пособие.-Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2011.-672с.

Электронные ресурсы:

1. Azps.ru А.Я. Психология [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://azps/tests/2/tt6.html>

2. Здоровая тема. Определение темперамента для подростка [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://ztema.ru/inspect/opredelenie-temperamenta-dlya-podrostkov/>

3. «Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru>

4. Консультационно-психологический центр «5+5» [Электронный ресурс].

- Режим доступа: <http://repetitorege.spb.ru/treningi/kurs-vnimanie-i-pamyat/test-vedushei-pamyati>

5. Леви Владимир Книги онлайн [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.koob.ru/levi/>

6. Психология счастливой жизни [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://psyabi.net/testy/355-test-na-myshlenie-i-kreativnost-oprosnik-opredelenie-tipov-myshleniya-i-kreativnosti-diagnostika-po-metodu-dzh-brunera>

8. Развитие способностей в любом возрасте [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://mironovair.com/sposobnisti/?p=103>

9. «Эврика» Публичная Библиотека [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://publ.lib.ru/ARCHIVES/E/%27%27Evrika%27%27/%27%27Evrika%27%27_J-M.html

10. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.youtube.com/watch?v=pV8gk2qMDg8>

11. Тест Дом, Дерево, Человек (ДДЧ). Проективная методика (рисуночный тест) : <http://psycabi.net/testy/635-test-dom-derevo-chelovek>

Литература для учащихся:

1.Зверев, И. Д. Книга для чтения по анатомии, физиологии, гигиене человека [Текст]: пособие для учащихся / И. Д. Зверев. -2-е изд., переработанное. - М.: Просвещение, 1978.- 239 с.

2.Доннер, К. Тайны анатомии [Текст]: пер. с англ. / К. Доннер. - М.: Мир, 1988. - 158 с., ил.

3.Коломинский, Я. Л. Человек среди людей [Текст] / Я. Л. Коломинский. - 2-е изд., дополненное. - М.: Молодая гвардия, 1973. - Серия «Эврика».

4.Кристиан де Дюв. Путешествие в мир живой клетки [Текст] / Кристиан де Дюв. - М.: Мир, 1987.

5.Энциклопедия для детей. Том 18. Человек. Ч. 2. Архитектура души. Психология личности. Мир взаимоотношений. Психотерапия [Текст] / гл. ред. В. А. Володин. - М.: Аванта+, 2002. - 640 с.: ил.

