

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 198»**

«Утверждено»
Приказ № 418-од
от «29 » августа 2023 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Внеурочной деятельности
«Секретные материалы о твоём здоровье»
для 8 класса
МБОУ «СОШ №198».

Автор – составитель
Беликова Светлана Николаевна
Учитель биологии и экологии

2023-2024 учебный год

Содержание

Структура рабочей программы внеурочной деятельности

1. Пояснительная записка.
 - Цели и задачи курса, продолжительность, возраст, место, направленность программы
2. Планируемые результаты.
3. Деятельность учителя с учётом программы воспитания
3. Содержание курса.
4. Календарно – тематическое планирование.

№ раздела	Название раздела	Стр.
1.	Пояснительная записка. Цели и задачи курса, продолжительность, возраст, место, направленность программы	2
2.	Планируемые результаты	4
3.	Деятельность учителя с учетом программы воспитания	5
4.	Содержание курса.	9
5.	Календарно-тематическое планирование	11

1. Пояснительная записка

Программа элективного курса предусматривает 34 учебных часа (1 раз в неделю). Предусмотрена программа для учащихся 8-9 классов. Она рассчитана на вариантное применение в зависимости от решаемых педагогических, жизненных задач, уровня активности, заинтересованности и включения в нее обучающихся.

Концепция модернизации российского образования предусматривает переход на старшей ступени общего образования к профильному обучению. Согласно Концепции профильного обучения, значительную роль в развитии обучающихся играют элективные курсы, выбираемые самими учащимися. Элективные курсы поддерживают и углубляют базовые и профильные дисциплины. Экология как наука, сфера человеческой деятельности и область образования имеет высокую социальную значимость.

Концепция представляемой программы состоит в том, что в ее содержании предусмотрена реальная практико-ориентированная деятельность обучающихся по экологической оценке окружающей среды, предоставляющая широкие возможности для саморазвития учащихся, выполнения ими социально значимых проектов и реального улучшения экологического состояния своего окружения.

Эта деятельность будет способствовать социализации школьников, становлению их гражданской ответственности и активной жизненной позиции.

Цель курса: в процессе изучения ближайшего окружения способствовать формированию у обучающихся ответственного, экологически грамотного поведения в природе и обществе как социально и лично значимого компонента образованности человека, осознания неразрывной связи человека с природой, овладение знаниями о здоровье:

Задачи курса:

- 1) Освоение обучающимися способов и методов оценки экологического состояния окружающей среды и ее отдельных компонентов;
- 2) Раскрытие и углубление ведущих экологических понятий;
- 3) Овладение знаниями, умениями наблюдать и оценивать состояние здоровья, наследственности, образа жизни и окружающей среды, пользуясь измерениями и опытами, истолковывая данные и формулируя гипотезы и рабочие определения;
- 4) Формирование у школьников чувственно-эмоциональной сферы; воспитание коллективизма и одновременно осознание неповторимости каждого человеческого существа, развитие коммуникативных умений, радости общения, восхищения духовными и физическими качествами человеческой личности, стремления к духовному и физическому совершенству;
- 5) Эмоциональное отношение к окружающему миру, восприятие и отношение к нему, как значимому условию своего собственного развития, условию существованию всего многообразия жизни и культуры на планете;
- 6) Выработка умений и навыков экологически грамотного поведения в окружающей среде, с другими людьми, гармоничное взаимодействие и устойчивое развитие в системе «Природа – Общество – Здоровье».

Рекомендуемые методические подходы и организация занятий в элективном курсе «Секретные материалы о твоём здоровье».

Курс может быть представлен как отдельный элективный курс для профильного обучения в старшей школе, войти в содержание курса «Экологии» или стать основой для проведения учебной практики, выполнения проектов в системе профильного обучения в 9 классе.

Значительное место в данном курсе занимает организация самостоятельной и практической деятельности обучающихся. Ряд практических работ можно проводить во время изучения соответствующих тем. Помимо этого, вводится лабораторный практикум, который включает деятельность по наблюдению, измерению, тестированию, формулированию гипотез, проведению опытов, которые позволяют данные (факты) и сформулировать оценки соматометрии обучающихся, их работоспособности и тренированности, режима питания, ритмического характера жизненных функций. Отдельные разделы практикума могут выполнять малые группы обучающихся (по 3 – 5 человек).

Программой предусмотрены 13 практических работ, направленных на исследование тех или иных физиологических особенностей организма человека, его здоровья, соблюдения правил гигиены.

Все работы предусматривают поисковый или творческий уровень деятельности школьников, что готовит их к самостоятельному решению учебных и жизненных задач. Преамбулы к каждой из работ, представленных в программе, учитель может использовать для создания проблемной ситуации и мотивации обучающихся к самостоятельной исследовательской деятельности. Вводная информация к работам позволяет школьникам актуализировать и уточнить свои знания, а перечень ключевых понятий и терминов – проверить свой уровень готовности к выполнению работы. Основные понятия и термины раскрыты дополнительно в справочном пособии для обучающихся.

Наиболее целесообразна на занятиях групповая работа обучающихся с презентацией полученных группами результатов и выводов для всего класса. При такой организации реально предоставить право выбора работ обучающимися согласно их запросам, охватить значительный объем материала, развить общеучебные и специальные умения (работа с приборами, постановка опытов и т. п.), коммуникативные умения старшеклассников, научить эффективно работать в команде.

2. Планируемые результаты

Требования к результатам освоения курса биологии в основной школе определяются ключевыми задачами общего образования, отражающими индивидуальные, общественные и государственные потребности, и включают личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета.

Личностные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности, включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям, классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих;

- умение осознанно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции: сравнивать разные точки зрения, аргументировать и отстаивать свою точку зрения;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ-компетенции).

Метапредметные результаты (УУД):

При изучении учебных предметов обучающиеся усваивают приобретённые на первом уровне навыки работы с информацией и пополняют их.

Регулятивные УУД:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

Познавательные УУД:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;

Коммуникативные УУД:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

Предметные результаты:

- выделять существенные признаки строения и функционирования органов человеческого организма;
- объяснять: роль биологии в формировании современной естественнонаучной картины мира, в практической деятельности людей и самого ученика; родство человека с млекопитающими животными, место и роль человека в природе; взаимосвязи человека и окружающей среды; зависимость собственного здоровья от состояния окружающей среды; причины наследственности и изменчивости, проявления наследственных заболеваний, иммунитета у человека; роль гормонов и витаминов в организме;
- в системе моральных норм ценностей по отношению к собственному здоровью и здоровью других людей;
- проводить несложные биологические эксперименты и объяснять их результаты;
- получать информацию об организме человека из разных источников.

Достижение намеченных образовательных результатов фиксируется по полноте и правильности выполнения обучающимися заданий в представленных работах, выходу на более высокий уровень социальной активности и познавательной самостоятельности при их выполнении, по становлению экологической культуры обучающихся и ее условных компонентов, указанных выше. Проведение анкетирования в начале работы по курсу «Секретные материалы о твоём здоровье» и на последнем занятии позволит получить сведения о развитии знаний, эстетических представлений о природе, природоохранных и потребительских мотивах обучающихся.

Завершается изучение курса участием в конференции по проблемам здоровья обучающихся и окружающей среды, подготовленной школьниками под руководством преподавателя, медицинских работников школы, актива родителей.

Изучение курса «Секретные материалы о твоём здоровье» будет способствовать развитию кругозора обучающихся, их приобщению к мышлению масштабами общества, государства, человечества, участию молодежи в реальном улучшении окружающей среды, совершенствованию своего образа жизни.

Структура УМК:

Учебная программа обеспечена учебно-методическим комплексом, включающим:

- Учебное пособие для учащихся 9 классов «Здоровье и окружающая среда»;
- Практикум по гигиене. Биология 9 (8). «Человек»;
- Практикум «Экология человека»;
- Методические материалы для учителя.

3. Деятельность учителя с учетом программы воспитания

№ п/п	Тема курса внеурочной деятельности	Кол-во часов	Форма занятий	Виды деятельности
1.	Здоровье населения. Здоровье и болезнь.	1 час	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение темы
2.	Здоровье и факторы риска болезни.	1 час	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение темы
3.	Анкетирование.	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Совместное обсуждение темы
4.	Место человека в системе животных.	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Совместное обсуждение темы
5.	Стресс – наследственная реакция адаптации.	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Совместное обсуждение полученных результатов
6.	Носители наследственности.	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Выполнение олимпиадных заданий
7.	Наследственные болезни.	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Выполнение олимпиадных задач
8.	Диагностика, лечение и предупреждение наследственных болезней.	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Совместное обсуждение темы
9.	Природная среда – источник инфекционных заболеваний.	1 час	Реализации образовательных	Совместное обсуждение

			проектов	темы
10.	Космос и здоровье.	1 час	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение темы
11.	«Совы» и «жаворонки», или природа биологических ритмов.	1 час	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение полученных результатов
12.	Поселение как среда жизни. Среда жилого помещения.	1 час	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение полученных результатов
13.	Пищевые отравления. Предупреждение и первая помощь.	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Совместное обсуждение хода решения биологических задач
14.	Ознакомление с фитонцидными растениями и выявление возможности их использования в интерьере.	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Совместное обсуждение хода решения биологических задач
15.	Загрязнение атмосферы, гидросферы.	2 часа	Проведение исследовательской деятельности	Выполнение олимпиадных заданий
16, 17.	Опасность химического отравления. Организм защищается от загрязнений	2 часа	Проведение экскурсий	Выполнение олимпиадных задач
18, 19.	Ионизирующие излучения. Радиация и здоровье.	2 часа	Проведение исследовательской деятельности	Выполнение олимпиадных заданий
20.	Влияние шумов на здоровье.	1 час	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение хода решения биологических задач
21.	Очистка воды из природных источников.	1 час	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение хода решения биологических задач
22.	СПИД – коварная болезнь.	1 час	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение полученных результатов
23.	Культура питания. Культура движения.	1 час	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение полученных результатов
24.	Алкоголизм – болезнь химической зависимости	1 час	Проведение экскурсий	Совместное обсуждение темы

25,26.	Табакокурение	2 часа	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение темы
27.	Наркотики, зависимость и последствия.	1 час	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение хода решения биологических задач
28.	Как сказать наркотикам: «Нет!»	2 часа	Реализации образовательных проектов	Совместное обсуждение хода решения биологических задач
29.	Физическая и духовная красота человека в русском искусстве.	1 час	Реализации образовательных проектов	Выполнение олимпиадных заданий
30.	Определение обеспеченности организма человека витаминами и микроэлементами.	1 час	Проведение экскурсий	Выполнение олимпиадных задач
31.	Изучение устойчивости витамина С	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Выполнение олимпиадных заданий
32.	Влияние никотина на ферменты слюны	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Совместное обсуждение темы
33.	Всемирный день здоровья.	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Совместное обсуждение темы
34.	Заключительное занятие. Анкетирование.	1 час	Проведение исследовательской деятельности	Совместное обсуждение полученных результатов
		Всего: 34 часа	Проведение исследовательской деятельности	Совместное обсуждение полученных результатов

4. Содержание курса

Введение (3 часа).

Вводная лекция «Здоровье населения. Здоровье и болезнь».

Семинар «Здоровье и факторы риска болезни».

Анкетирование.

Глава I. Здоровье и наследственность (5 часов).

Лекция «Место человека в системе животных».

Семинары:

- «Стресс – наследственная реакция адаптации»
- «Носители наследственности. «Кто виноват», что родилась девочка?»
- «Наследственные болезни»
- «Диагностика и лечение, предупреждение наследственных болезней».

Глава II. Среда жизнедеятельности человека (6 часов).

Лекция «Природная среда – источник инфекционных заболеваний».

Семинары:

- «Космос и здоровье»
- «Совы и «жаворонки», или природа биологических ритмов. Погода и самочувствие».
- «Поселение как среда жизни. Среда жилого помещения».

Практические работы:

- «Пищевые отравления. Предупреждение и первая помощь».
- «Ознакомление с фитонцидными растениями и выявление возможности их использования в интерьере».

Глава III. Природная среда теряет свои экологические свойства (7 часов).

Семинары:

- «Загрязнение атмосферы»
- «Опасность химического отравления»
- «Организм защищается от загрязнений»
- «Радиация и здоровье»

Практические работы:

- «Как измерить радиацию»
- «Измерение уровня шума»
- «Очистка воды из природных источников»

Глава IV. Здоровый образ жизни (12 часов).

Лекция «СПИД – коварная болезнь»

Семинары:

- «Культура питания. Культура движения»
- «Алкоголизм – болезнь химической зависимости»
- «Табакокурение»
- «Физическая и духовная красота человека в русском искусстве»

Практические работы:

- «Определение обеспеченности организма человека витаминами и микроэлементами»
- «Изучение устойчивости витамина С»
- «Влияние никотина на ферменты слюны»
- «Планирование семьи»
- «Наркотики, зависимость и последствия»
- «Сказать наркотикам «НЕТ!»»
- Конференция «Всемирный День здоровья»

Заключительное занятие. Анкетирование (1 час).

5. Тематическое планирование

Общее количество 34 часов на предмет; по учебному плану 34 часов

Из них на:

I четверть часов

II четверть часов

III четверть часов

IV четверть часов

По 1 часу в неделю.

Всего учебных недель 34

№ п/п	Наименование курса	Всего часов	В том числе			Форма контроля
			Лекций	Практическая работ	Семинаров	
	<i>Введение, 3 часа</i>					
1.	Здоровье насе -ления. Здоровье и болезнь.	1 час	1			
2.	Здоровье и факторы риска болезни.	1 час			1	
3.	Анкетирование.	1 час			1	Тест
I	<i>Здоровье и наследственность, 5 часов</i>					
4.	Место человека в системе	1 час	1			

	животных.					
5.	Стресс – наследственная реакция адаптации.	1 час			1	
6.	Носители наследственности.	1 час			1	
7.	Наследственные болезни.	1 час			1	
8.	Диагностика, лечение и предупреждение наследственных болезней.	1 час			1	Самостоятельная работа
II	Среда жизнедеятельности человека, 6 часов					
9.	Природная среда – источник инфекционных заболеваний.	1 час	1			
10.	Космос и здоровье.	1 час			1	
11.	«Совы» и «жаворонки», или природа биологических ритмов.	1 час			1	
12.	Поселение как среда жизни. Среда жилого помещения.	1 час		1		Самостоятельная работа
13.	Пищевые отравления. Предупреждение и первая помощь.	1 час		1		Самостоятельная работа
14.	Ознакомление с фитонцидными растениями и выявление возможности их использования в интерьере.	1 час			1	
III	Природная среда теряет свои свойства, 7 часов					
15.	Загрязнение атмосферы, гидросферы.	2 часа		1	1	
16.	Опасность химического	2 часа		1	1	

17.	отравления. Организм защищается от загрязнений					
18, 19.	Ионизирующие излучения. Радиация и здоровье.	2 часа				Самостоя- тельная работа
20.	Влияние шумов на здоровье.			1	1	Самостоя- тельная работа
21.	Очистка воды из природных источников.	1 час			1	Самостоя- тельная работа
IV	Здоровый образ жизни, 12 часов					
22.	СПИД – коварная болезнь.	1 час	1			
23.	Культура питания. Культура движения.	1 час			1	
24.	Алкоголизм – болезнь химической зависимости	1 час			1	
25,26.	Табакокурение	2 часа		1	1	Анкеты
27.	Наркотики, зависимость и последствия.	1 час			1	Самостоя- тельная работа
28.	Как сказать наркотикам: «Нет!»	2 часа			2	Самостоя- тельная работа
29.	Физическая и духовная красота человека в русском искусстве.	1 час	1			
30.	Определение обеспеченности организма человека витаминами и микроэлементами.	1 час		1		
31.	Изучение устойчивости витамина С	1 час		1		Самостоя- тельная работа
32.	Влияние никотина на ферменты слюны	1 час	1			
33.	Всемирный день здоровья.	1 час	1			

34.	Заключительное занятие. Анкетирование.	1 час			1	Анкета
		Всего: 34часа	6	8	20	

ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Методические пособия и дополнительная литература

Литература для учителя.

1. Беркинблит М.Б., Глаголев С.М., Иванова Н.П., Фридман М.В., Фуралев В.А., Чуб В.В. Методическое пособие к учебнику “Общая биология” - М.: МИРОС, 2000. – 93с.
2. Н.Л.Галеева, «Сто приёмов для учебного успеха ученика на уроках биологии»-методическое пособие для учителя, Москва: «5 за знания», 2006г.
3. Гин А.А. Приемы педагогической техники. – М.: Вита-Пресс, 2002. – 86с.
4. Дмитриева Т.А., Суматохин С.В., Гуленков С.И., Медведева А.А. Биология. Человек. Общая биология. Вопросы. Задания. Задачи. – М.: Дрофа, 2002. – 144с.
5. Муртазин Г.М. Задачи и упражнения по общей биологии. Пособие для учителей. – М.: Просвещение, 1981. – 192с.
6. Петунин О.В. Элективные курсы. Их место и роль в биологическом образовании.// “Биология в школе”. – 2004. - №7.
7. Пономарева И.Н., Соломин В.П., Сидельникова Г.Д. Общая методика обучения биологии. М.: Издательский центр “Академия”, 2003. – 272с.
8. Высоцкая М.В. Тренировочные задачи. Волгоград. Учитель: 2005. 148с.
9. Гуляев В.Г. Задачник по генетике. М. Колос1980.
10. Кучменко В.С., Пасечник В.В. Биология. Школьная олимпиада. АСТ - Астрель. М.2002. 300с.
11. А.В. Пименов. Уроки биологии в 10 – 11 классах, развёрнутое планирование (в 2 частях. – Ярославль, - Академия развития, 2006
12. Пименов А.В. Уроки Биологии. Ярославль. Учитель года России: 2003. 270с.

Интернет-ресурсы

1. <http://www.eidos.ru> – Эйдос-центр дистанционного образования
2. <http://www.km.ru/education> - Учебные материалы и словари на сайте «Кирилл и Мефодий»
3. <http://school-collection.edu.ru/catalog/search> - Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов
4. <http://window.edu.ru/window/> - единое окно доступа к образовательным ресурсам Интернет по биологии.
5. <http://www.5ballov.ru/test> - тест для абитуриентов по всему школьному курсу биологии.

6. <http://www.vspu.ac.ru/deold/bio/bio.htm> - Телекоммуникационные викторины по биологии - экологии на сервере Воронежского университета.
7. <http://chashniki1.narod.ru/uchutil45.htm> - Каталог ссылок на образовательные ресурсы Интернета по разделу "Биология".
8. <http://ic.krasu.ru/pages/test/005.html> - тесты по биологии.
9. <http://www.kokch.kts.ru/cdo/> - тестирование On-line по биологии для учащихся 5-11 классов.
10. Другие интернет-ресурсы на усмотрение учителя и обучающихся

Ресурсы дистанционного обучения

1. <http://www.informika.ru/> - обучающих программ по биологии и химии.
2. <http://testrobiologii.ucoz.ru/> - тесты по биологии от учителя биологии Муромцевой Юлии Владимировны (авторский персональный сайт)
3. <http://www.ballov.net/login.php> - тесты на странице электронного дневника ballov.net(авторские ресурсы)

Оборудование

1. Интерактивная доска Hitachi или мультимедийный проектор
2. Компьютер с программами пакета «1 помощь»
3. Оргтехника
4. Интернет ресурс
5. Дидактические ресурсы кабинета биологии
6. Ресурс школьной библиотеки
7. ЭОР различного характера (см. выше)