

Муниципальное бюджетное
общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная
школа «СОШ №10»

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Сердеров Р.М. _____

от "30 июня"2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**курса внеурочной деятельности
«За страницами учебника биологии»
8 класс
на 2023/2024 учебный год**

Составитель: Абдуразакова Эльмира Арсланалиевна

учитель биологии

Пояснительная записка.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «За страницами учебника биологии» для учащихся 8 класса разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, с учётом планируемых результатов освоения основной образовательной программы.

Программа внеурочной деятельности «За страницами учебника биологии» реализует общеинтеллектуальное направление внеурочной деятельности.

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 «За страницами учебника биологии» 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 «За страницами учебника биологии», проводится в 8 классе в объеме 34 часа в год.

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 " За страницами учебника биологии" 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	Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст. Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека.	Познавательная деятельность	Беседа, рассказ учителя, работа с дополнительными источниками информации, просмотр видеофильма
Окружающая среда и здоровье.	Влияние смены погоды, в т.ч и температуры, на состояние здоровья человека. Повышение и	Познавательная деятельность, исследовательская деятельность	Беседа, рассказ, практическая работа, лабораторная

	<p>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>		<p>работа</p>
<p>Экстремальные факторы.</p>	<p>Влияние перегрузок и невесомости на организм человека. Электрические и магнитные поля и их влияние на человека. Радиация. Рентгеновское излучение.</p>	<p>Познавательная деятельность</p>	<p>Беседа, просмотр видеофильма, сообщения учащихся</p>
<p>.Режим дня.</p>	<p>Режим дня. Биологические ритмы. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна.</p>	<p>Познавательная деятельность</p>	<p>Тематический диспут, практикум</p>
<p>.Вредные привычки</p>	<p>Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение. Электронные сигареты - вредно или нет.</p> <p>Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.</p>	<p>Познавательная деятельность, игровая деятельность</p>	<p>Групповая проблемная работа, просмотр видеофильма</p>
<p>Влияние физкультуры и спорта на организм человека.</p>	<p>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.</p>	<p>Познавательная деятельность, проблемно-ценностное общение</p>	<p>Беседа. сообщения учащихся, практическая работа</p>
<p>Питание и здоровье.</p>	<p>Понятие о правильном питании и режиме приема пищи. Химический состав пищи. Калорийность.</p>	<p>Познавательная деятельность</p>	<p>Беседа, тематический диспут, практическая работа</p>

	Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.		
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. 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.	Познавательная деятельность	Рассказ учителя, конференция учащихся, практическая работа
Уход за больными	Уход за больными пожилого возраста и лежачими больными. Уход за инфекционными больными. Уход за новорожденными детьми.	Познавательная деятельность	Рассказ, демонстрация, посещение ГКБ № 11
Прививки и вакцины.	Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки. Виды вакцинации. Как изготавливают вакцины.	Познавательная деятельность	Эвристическая беседа, просмотр видеофильма
Заболевания опорно-двигательной системы.	Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Клиника и признаки заболевания	Познавательная деятельность	Проблемная ситуация, практикум по оказанию первой

	артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия. Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи.		медицинской помощи, практическая работа
Основные болезни сердечно - сосудистой системы.	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.	Познавательная деятельность	Групповая работа, практикум по оказанию первой медицинской 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,	Познавательная деятельность	Практическая работа, сообщения учащихся

	<p>глаукома, отслоение сетчатки. Причины, профилактика и симптомы близорукости, дальнозоркости, конъюнктивита.</p> <p>Возрастные изменения органов слуха. Причины, профилактика и симптомы синусита, отита. серной пробки, тугоухости.</p>		
Уход и профилактика болезней кожи.	<p>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.</p> <p>Какой должна быть подростковая косметика. Уход за ногтями и волосами.</p>	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
«За страницами учебника биологии» 8 класс**

№	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	
13	Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.	1	1		беседа
14	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	

15	Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.	1		1	Практикум
16	Химический состав пищи. Калорийность.	1		1	Практикум
17	Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.	1		1	Практикум
	Диагностические процедуры больных (2 часа)	2		2	
18	Лечебные и диагностические процедуры	1		1	Экскурсия
19	Клинические анализы и их расшифровка.	1		1	Практикум
	Бактерии, вирусы и человек (3 часа)	3	3		
20	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
21	Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика.	1	1		Реферат
22	Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа - клиника, лечение и профилактика.	1	1		реферат
	Уход за больными (1 час)	1		1	
23	Уход за больными пожилого возраста и лежачими больными.	1		1	Экскурсия
	Прививки и вакцины (1 час)	1	1		
24	Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки.	1	1		Просмотр видеофильма
	Заболевания опорно-двигательной системы.(2 часа)	2		2	
25	Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Клиника и признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия.	1		1	Практикум
26	Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи.	1		1	Практикум
	Основные болезни сердечно -	2	1	1	

	сосудистой системы (2 часа)				
27	Клиника и признаки заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, атеросклероза.	1	1		Беседа
28	Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии.	1		1	практикум
	Дыхательная система (1 час)	1	1		
29	Клиника и признаки заболевания ринита, ОРЗ, гайморита, бронхиальной астмой, пневмонией, раком легких, туберкулезом.	1	1		Беседа
	Заболевания пищеварительной системы (1 час)	1	1		
30	Клиника и профилактика болезней желудочно-кишечного тракта: гастрита, язвы желудка, дизбактериоза, панкреатита, холецистита.	1	1		Тематический диспут
	Заболевания выделительной системы (1 час)	1	1		
31	Симптомы и причины развития цистита и почечнокаменной болезни.	1	1		Просмотр видеофильма
	Болезни анализаторов (1 час)	1		1	
32	Болезни органов зрения и слуха	1		1	Практикум
	Уход и профилактика болезней кожи (1 час)	1	1		
33	Причины, профилактика и симптомы дерматита, герпеса, меланомы, псориаза, грибковых заболеваний.	1	1		Просмотр видеофильма
	Итоговое занятие проориентационной направленности (1 час)	1		1	
34	Ролевая игра "Хочу быть врачом..."			1	Ролевая игра