Составлена

**Рассмотрена** на заседании на основе требований ФГОС СОО

ШМО учителей географии, физики, биологии, химии

Протокол от 29.08. 2024 г № \_1\_

Руководитель ШМО \_\_\_\_\_ Гусева Е.Ю.

**Принята** на НМС МБОУ СОШ №1

Протокол от 30.08.2024 г №\_\_1\_

Председатель НМС \_\_\_\_\_\_\_ Турова Е.В.

**Утверждена**

Приказом директора МБОУ СОШ № 1

От 30.08.2024 г № 102-ос

\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.Ю. Глазырина

**Рабочая программа**

**внеурочного курса**

**«За страницами учебника биологии »**

**для 8 б класса количество часов: 34 часа**

**(1 час в неделю)**

Составила: **Михалева Оксана Юрьевна,**

учитель биологии высшей квалификационной категории.

Воткинск

2024-2025 учебный год.

\

**I. 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 основного общего образования МБОУ СОШ №1 им. И.П. Чайковского.

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

**II. Планируемее 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 укрепление здоровья, средствах профилактики ОРЗ, ОРВИ и других болезней. Учащиеся научатся определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье, заботится о своем здоровье, оказывать первую медицинскую помощь.

**III. 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 снижение атмосферного давления.  Магнитные бури. Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений. Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению. | Познавательная деятельность, исследовательская деятельность | Беседа, рассказ, практическая работа, лабораторная работа |
| Экстремальные факторы. | Влияние перегрузок и невесомости на организм человека. Электрические и магнитные поля и их влияние на человека. Радиация. Рентгеновское излучение. | Познавательная деятельность | Беседа, просмотр видеофильма, сообщения учащихся |
| .Режим дня. | Режим дня. Биологические ритмы. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна. | 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-двигатель-ного 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. 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. Профилакти-ческие 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 артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза,  плоскостопия. Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи. | Познавательная деятельность | Проблемная ситуация, практикум по оказанию первой 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, артериосклероза. 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 – анерексия. | 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, дальнозор-кости, конъюнктивита.  Возрастные изменения органов слуха. Причины, профилактика и симптомы синусита, отита. серной пробки, тугоухости. | Познавательная деятельность | Практическая работа, сообщения учащихся |
| 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 |

**Содержание тем, разделов**

**Раздел 1.** Введение (1 час).

**Раздел 2.** Окружающая среда и здоровье человека (4 часа).

**Раздел 3.** Экстремальные факторы, их влияние на человека (3 часа).

**Раздел 4.** Режим дня (2 часа).

**Раздел 5.** Вредные привычки (2 часа).

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

**Раздел 7**. Питание и здоровье (3 часа).

**Раздел 8.** Диагностические процедуры больных людей(2 часа).

**Раздел 9.** Вирусы, бактерии и человек (3 часа).

**Раздел 10**. Уход за больными (1 час).

**Раздел 11.** Прививки и вакцины(1 час).

**Раздел 12.** Заболевания опорно-двигательной системы(2 часа).

**Раздел 13**. Заболевания  сердечно - сосудистой системы (2 часа).

**Раздел 14.** Заболевания дыхательной системы(1 час).

**Раздел 15.** Заболевания пищеварительной системы(1 час).

**Раздел 16**. Заболевания выделительной системы(1 час).

**Раздел 17.** Заболевания анализаторов (1 час).

**Раздел 18.** Уход и профилактика болезней кожи(1 час).

**Раздел 19**. Итоговое занятие профориентационной направленности(1 час).

**IV. Тематическое планирование**

1. **Учебный план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Разделы | Всего часов | Теоретические | Практические | Контроль |
| 1. | Введение | 1 | 1 |  |  |
| 2. | Окружающая среда и здоровье человека | 4 | 2 | 2 |  |
| 3. | Экстремальные факторы, их влияние на человека | 3 | 2 | 1 |  |
| 4. | Режим дня | 2 | 1 | 1 |  |
| 5. | Вредные привычки | 2 | 2 |  |  |
| 6. | Влияние физкультуры и спорта на организм человека | 2 | 1 | 1 |  |
| 7. | Питание и здоровье | 3 |  | 3 |  |
| 8. | Диагностические процедуры больных людей | 2 |  | 2 |  |
| 9. | Вирусы, бактерии и человек | 3 | 3 |  |  |
| 10. | Уход за больными | 1 |  | 1 |  |
| 11. | Прививки и вакцины | 1 | 1 |  |  |
| 12. | Заболевания опорно-двигательной системы | 2 |  | 2 |  |
| 13. | Заболевания  сердечно - сосудистой системы | 2 | 1 | 1 |  |
| 14. | Заболевания дыхательной системы | 1 | 1 |  |  |
| 15. | Заболевания пищеварительной системы | 1 | 1 |  |  |
| 16. | Заболевания выделительной системы | 1 | 1 |  |  |
| 17. | Заболевания анализаторов | 1 |  | 1 |  |
| 18. | Уход и профилактика болезней кожи | 1 | 1 |  |  |
| 19. | Итоговое занятие профориентационной направленности | 1 |  |  | 1 |
|  | **Итого** | **34** | **18** | **15** | **1** |

1. **Тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование разделов и тем** | **Кол-во часов**  **всего** | **В том числе** | | **Форма контроля** |
| **Теория** | **Практика** |
|  | **Введение (1 час)** | **1** | **1** |  |  |
| 1 | Вводный инструктаж при работе в кабинете биологии. Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст. | 1 | 1 |  | Беседа, просмотр видеофильма |
|  | **Окружающая среда и здоровье человека (4 часа)** | **4** | **2** | **2** |  |
| 2 | Влияние погодных условий на состояние здоровья человека. | 1 | 1 |  | беседа |
| 3 | Влияние перепадов 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, их влияние на человека (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. 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 людей  (2 часа)** | **2** |  | **2** |  |
| 18 | Лечебные и диагностические процедуры | 1 |  | 1 | Экскурсия |
| 19 | Клинические анализы и их расшифровка. | 1 |  | 1 | Практикум |
|  | **Вирусы, бактерии и человек (3 часа)** | **3** | **3** |  |  |
| 20 | Общие сведения об инфекциях.   Источники заражения и пути их передачи. | 1 | 1 |  | Круглый стол |
| 21 | Бактерии,  возбудители болезней, признаки бактериальных инфекций,  лечение и профилактика. | 1 | 1 |  | Реферат |
| 22 | Вирусы,  возбудители болезней, признаки вирусных инфекций,  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. Признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза,  плоскостопия. | 1 |  | 1 | Практикум |
| 26 | Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи. | 1 |  | 1 | Практикум |
|  | **Заболевания  сердечно - сосудистой системы (2 часа)** | **2** | **1** | **1** |  |
| 27 | Клиника и признаки заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, артериосклероза. | 1 | 1 |  | Беседа |
| 28 | Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии. | 1 |  | 1 | практикум |
|  | **Заболевания дыхательной системы (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 |
|  | **Заболевания 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 профориентационной направленности (1 час)** | **1** |  | **1** |  |
| 34 | Ролевая игра "Хочу быть врачом..." |  |  | 1 | Ролевая игра |

1. **Практическая часть программы (контроль)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Вид контроля, тема | І четверть | ІІ четверть | ІІІ четверть | ІV четверть | Год |
| 1 | Влияние перепадов температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури. | + |  |  |  |  |
| 2 | Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений | + |  |  |  |  |
| 3 | Электрические и магнитные поля и их влияние на человека. | **+** |  |  |  |  |
| 4 | Режим дня. Биологические ритмы. |  | **+** |  |  |  |
| 5 | Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы.  Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови. |  | **+** |  |  |  |
| 6 | Понятие о правильном питании и режиме приема пищи. |  |  | **+** |  |  |
| 7 | Химический состав пищи. Калорийность. |  |  | **+** |  |  |
| 8 | Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ. |  |  | **+** |  |  |
| 9 | Клинические анализы и их расшифровка. |  |  | **+** |  |  |
| 10 | Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза,  плоскостопия. |  |  | **+** |  |  |
| 11 | Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи. |  |  |  | **+** |  |
| 12 | Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии. |  |  |  | **+** |  |
| 13 | Болезни органов зрения и слуха. |  |  |  | **+** |  |
|  | **Итого** | **3** | **2** | **5** | **3** | **13** |

**Методический инструментарий оценки достижения предметных результатов обучающихся**

Оценка за итоговую контрольную работу выставляется в форме зачет/незачет. Зачет ставится при выполнении 70% заданий. Оценка за самостоятельную работу выставляется в форме зачет/незачет. Зачет ставится при выполнении 70% заданий.