

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Туриловская средняя общеобразовательная школа

Принята

педагогическим советом школы

протокол от 30.08.2019 г. № 1

председатель педагогического совета

Овчаренко И.П./



«Утверждаю»

Директор МБОУ Туриловская СОШ:

Овчаренко И.П./

Приказ от 30.08.2019 г. № 81



Рабочая программа внеурочной деятельности

объединения « Живая планета»

обще-интеллектуальное направление

основное общее образование (8 класс)

количество часов – 35

учитель – Данильченко Татьяна Семеновна

2019-2020 учебный год

2.Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена на основании следующих документов:

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 9;
- Федеральный государственный образовательный стандарт;
- письмо Министерства образования и науки РФ от 19 апреля 2011 г. № 03-255 «О введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- приказ Министерства образования и науки РФ № 1577 от 31.12.2015 г. «О внесении изменений в ФГОС ООО, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897»;
- методические рекомендации по вопросам введения ФГОС ООО, письмо Министерства образования и науки РФ от 07.08.2015 г. № 08-1228;
- письмо Министерства образования и науки РФ № 08-1786 от 28.10.2015 г. «О рабочих программах учебных предметов»;

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 приёмами 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: "Живая планета" 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.

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

В программу введен не только анатоμο-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.

Реализация программы рассчитана на 1 год обучения – 35 часов, 1 час в неделю.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы: подростки (8 класс).

3.Результаты освоения курса внеурочной деятельности

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.

Программа способствует формированию у школьников следующих видов универсальных учебных действий.

Личностные УУД:

- Самоопределение.
- Смыслообразование.
- Самооценка и личностное самосовершенствование.
- Нравственно-этическая установка на здоровый образ жизни.

Регулятивные УУД:

- 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 УУД:

- 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 УУД:

- 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).

Метапредметные:

- 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.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем ведения «Дневника здоровья».

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.

4.Содержание курса внеурочной деятельности

1. Введение (2 ч).

Занятие № 1. Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст.

Занятие № 2. Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Просмотр видеофильма «Ключи от долголетия»

Основные виды деятельности: групповая.

2. Окружающая среда и здоровье (4 ч)

Занятие № 1. Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Составление рекомендаций метеозависимым людям.

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 2. Как влияют перепады температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Составление рекомендаций людям, подверженных влиянию магнитных бурь.

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 3. Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: работа с Интернетом и литературой по поиску информации.

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 4. Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.

Основные виды деятельности: групповая.

3. Экстремальные факторы (3 ч)

Занятие № 1. Влияние перегрузок и невесомости на организм человека.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Просмотр видеофильма «Человек в космосе»

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 2. Электрические и магнитные поля и их влияние на человека.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 3. Радиация. Рентгеновское излучение.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Просмотр видеофильма «Чем опасна радиация».

Основные виды деятельности: групповая.

4. Режим дня (2 часа)

Занятие № 1. Режим дня. Биологические ритмы.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 2. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Разработка собственного режима дня с учетом школьных занятий и подготовки Д/З.

Основные виды деятельности: групповая.

5. Вредные привычки (2 часа).

Занятие № 1. Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение.

Электронные сигареты - вредно или нет.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 2. Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Просмотр видеофильма «Вредные привычки как разрушители здоровья»

Основные виды деятельности: групповая.

6. Влияние физкультуры и спорта на организм человека (2 ч)

Занятие № 1. Значение физической активности в современном обществе.

Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 2. Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы.

Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.

Основные виды деятельности: групповая.

7. Питание и здоровье (3 часа)

Занятие № 1. Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Составление индивидуального рациона питания.

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 2. Химический состав пищи. Калорийность.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Изучение этикеток продуктов питания.

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 3. Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Расчет калорийности обеда.

Основные виды деятельности: групповая.

8. Влияние физкультуры и спорта на организм человека (4 часа).

Занятие № 1. Значение физической активности в современном обществе.
Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.
Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 2. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.
Формы организации занятий внеурочной деятельности: Измерение жизненного объема легких у тренированного и нетренированного человека.
Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 3. Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы.
Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.
Основные виды деятельности: групповая.

Занятие №4. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.
Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.
Основные виды деятельности: групповая.

9. Бактерии, вирусы и человек (5 часов)

Занятие № 1. 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.
Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.
Основные виды деятельности: групповая.

Занятие 2: Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика.
Формы организации занятий внеурочной деятельности: лекция.
Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 3: Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика.
Формы организации занятий внеурочной деятельности: лекция.
Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 4: Антибиотики, их влияние на организм человека.
Формы организации занятий внеурочной деятельности: лекция.
Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 5: Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа - клиника, лечение и профилактика.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: лекция.
Основные виды деятельности: групповая.

10. Прививки и вакцины (2 ч)

Занятие № 1. Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие №2. Виды вакцинации. Как изготавливают вакцины.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Просмотр видеофильма «Вакцина»

Основные виды деятельности: групповая.

11. Заболевания опорно-двигательной системы (3 ч)

Занятие № 1. Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: диагностика плоскостопия и сколиоза

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие № 2. Клиника и признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: Разработка мер по профилактике сколиоза в школе и дома.

Основные виды деятельности: групповая.

Занятие №3. Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: практическое занятие.

Основные виды деятельности: групповая.

12. Заболевания пищеварительной системы (2 часа)

Занятие № 1. Клиника и профилактика болезней желудочно-кишечного тракта: гастрита, язвы желудка, дисбактериоза, панкреатита, холецистита.

Формы организации занятий внеурочной деятельности: рассказ с элементами беседы.

Основные виды деятельности: групповая.

13. Итоговое занятие профориентационной направленности (1 ч)

4. Тематическое планирование

№ п/п	Наименование тем	Учебные часы
1.	Введение	2 ч
2.	Окружающая среда и здоровье	4 ч
3.	Экстремальные факторы	3 ч
4.	Режим дня	2 ч
5.	Вредные привычки	2 ч
6.	Влияние физкультуры и спорта на организм человека	2 ч
7.	Питание и здоровье	3 ч
8.	Влияние физкультуры и спорта на организм человека	4 ч
9.	Бактерии, вирусы и человек.	5 ч
10.	Прививки и вакцины	2 ч
11.	Заболевания опорно-двигательной системы	3 ч
12.	Заболевания пищеварительной системы.	1 ч
13.	Итоговое занятие профориентационной направленности.	1 ч

Приложение № 1

№ п/п	Тема	Дата
Введение (2 ч)		
1.	Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст.	05.09.
2.	Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека.	12.09.
Окружающая среда и здоровье (4)		
3.	Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления.	19.09.
4.	Как влияют перепады температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури.	26.09.
5.	Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений.	03.10.
6.	Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению.	10.10.
Экстремальные факторы (3 ч)		
7.	Влияние перегрузок и невесомости на организм человека.	17.10.
8.	Электрические и магнитные поля и их влияние на человека.	24.10.
9.	Радиация. Рентгеновское излучение.	31.10.
Режим дня (2 ч)		
10.	Режим дня. Биологические ритмы.	14.11.
11.	Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна.	21.11.
Вредные привычки (2 ч)		
12.	Влияние алкоголя и никотина на организм	28.11.

	человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение. Электронные сигареты - вредно или нет.	
13.	Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.	5.12.
Влияние физкультуры и спорта на организм человека (2 ч)		
14.	Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.	12.12.
15.	Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.	19.12.
Питание и здоровье (3 ч)		
16.	Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.	26.12.
17.	Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.	16.01.
18.	Химический состав пищи. Калорийность.	23.01.
Влияние физкультуры и спорта на организм человека (4 ч)		
19.	Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.	30.01.
20.	Значение физической активности в современном обществе.	6.02.
21.	Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.	13.02.
22.	Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы.	20.02.
Бактерии, вирусы и человек (5 ч)		
23.	Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.	27.02.

24.	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.	5.03.
25.	Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика.	12.03.
26.	Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика.	19.03.
27.	Антибиотики, их влияние на организм человека.	2.04.
28.	Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа - клиника, лечение и профилактика.	9.04.
Прививки и вакцины (2 ч)		
29.	Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки.	16.04.
30.	Виды вакцинации. Как изготавливают вакцины.	23.04.
Заболевания опорно-двигательной системы (3 ч)		
31.	Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате.	30.04.
32.	Клиника и признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия.	7.05.
33.	Клиника и признаки заболевания плоскостопия.	14.05.
Заболевания пищеварительной системы (1 ч)		
34.	Симптомы и лечение аппендицита, цирроза печени. Неправильное пищевое поведение – анорексия.	21.05.

35.	Итоговое занятие профориентационной направленности	28.05.
-----	---	--------

СОГЛАСОВАНО:

заместитель директора по УР

МБОУ Туриловская СОШ:

Г.Н.Чех /Чех Г.Н./

30 августа 2019 г.