

Город Донецк

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 5 имени Юрия Усачева
муниципального образования «Город Донецк»

Рассмотрено на заседании
школьного методического объединения
(протокол № 9 от 12.06.2021г.)

«Утверждаю»

Приказ № 87 от 17.06.2021г.

Ихласова А



**Рабочая программа
внеурочной деятельности**

по биологии «Культура здоровья человека»

Уровень общего образования (класс):

основное общее образование, 8 класс
(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Количество часов 34 часа в год/ 1 час в неделю

Составитель Шестакова Л.Ф.

Учебный год 2021-2022

Пояснительная записка

Рабочая программа по биологии для 8 класса составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федерального Закона от 02.12.2019 №403-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в РФ» и отдельные законодательные акты Российской Федерации»;
3. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897 (далее – ФГОС основного общего образования);
4. Постановления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20». «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей»;
5. Паспорта национального проекта «Образование» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16)
6. Государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» (утв. Постановлением Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 (ред. от 22.02.2021) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования».
7. Профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании), (воспитатель, учитель)» (ред. от 16.06.2019) (Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013 г. № 544н, с изменениями, внесёнными приказом Министерства труда и соцзащиты РФ от 25.12.2014 № 1115н и от 5.08.2016 г. № 422н).
8. Методические рекомендации по созданию и функционированию в общеобразовательных организациях, расположенных в сельской местности и малых городах, центров образования естественно-научной и технологической направленностей («Точка роста») (Утверждены распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 12 января 2021 г. № Р-6.
9. Методических рекомендаций по созданию и функционированию детских технопарков «Кванториум» на базе общеобразовательных организаций (утв. распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 12.01.2021 № Р-4).

10. Устава МБОУ СОШ №5 г. Донецка Ростовской области;
11. Положения о структуре, порядке разработки и утверждении рабочих программ учебных предметов (курсов) педагогов в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении средней общеобразовательной школе № 5 муниципального образования «город Донецк»;
12. Календарного учебного графика МБОУ СОШ №5 г.Донецка

Программа практикума знакомит учащихся с понятием и характеристикой здоровья человека, методами его сохранения, влиянием на организм вредных привычек и ориентирован на применение знаний в практической деятельности и подготовку учащихся к обучению в профильном медицинском классе. В программе содержатся задания для выполнения исследовательских работ и проектов в соответствии с требованиями ФГОС к оформлению их результатов. Особенность программы – интеграция экологии, биологии, географии, физики, химии, истории и других наук.

Планируемые результаты

В результате прохождения программы у учащихся формируются следующие универсальные учебные действия:

Личностные:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.
- развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию).
- сформированность ответственного отношения к учению, уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

- сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции.
- освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей.
- сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни, правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.
- сформированность основ экологической культуры.

Метапредметные:

- систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;
- выделять главную и избыточную информацию, выполнять смысловое свёртывание выделенных фактов, мыслей; представлять информацию в сжатой словесной форме (в виде плана или тезисов) и в наглядно-символической форме (в виде таблиц, графических схем и диаграмм, карт понятий — концептуальных диаграмм, опорных конспектов);
- заполнять и дополнять таблицы, схемы, диаграммы, тексты.
- приобретение опыта проектной деятельности как особой формы учебной работы.

Предметные:

- выделять существенные признаки биологических объектов (животных клеток и тканей, органов и систем органов человека) и процессов жизнедеятельности, характерных для организма человека;
- аргументировать, приводить доказательства взаимосвязи человека и окружающей среды, родства человека с животными;
- аргументировать, приводить доказательства отличий человека от животных;

- аргументировать, приводить доказательства необходимости соблюдения мер профилактики заболеваний, травматизма, стрессов, вредных привычек, нарушения осанки, зрения, слуха, инфекционных и простудных заболеваний;
- объяснять эволюцию вида Человек разумный на примерах сопоставления биологических объектов и других материальных артефактов;
- выявлять примеры и пояснять проявление наследственных заболеваний у человека, сущность процессов наследственности и изменчивости, присущей человеку;
- различать по внешнему виду, схемам и описаниям реальные биологические объекты (клетки, ткани органы, системы органов) или их изображения, выявлять отличительные признаки биологических объектов;
- сравнивать биологические объекты (клетки, ткани, органы, системы органов), процессы жизнедеятельности (питание, дыхание, обмен веществ, выделение и др.); делать выводы и умозаключения на основе сравнения;
- устанавливать взаимосвязи между особенностями строения и функциями клеток и тканей, органов и систем органов;
- использовать методы биологической науки: наблюдать и описывать биологические объекты и процессы; проводить исследования с организмом человека и объяснять их результаты;
- знать и аргументировать основные принципы здорового образа жизни, рациональной организации труда и отдыха;
- анализировать и оценивать влияние факторов риска на здоровье человека;
- описывать и использовать приемы оказания первой помощи;
- знать и соблюдать правила работы в кабинете биологии.

Содержание программы

Здоровье человека (3ч)

Физическое, психическое и репродуктивное здоровье. Науки об организме человека: анатомия, физиология, гигиена, медицина, эмбриология, генетика, экология. Краткая история развития, предмет изучения и методы исследования. Роль гигиены и санитарии в поддержании экологически чистой природной среды. Культура здоровья

Изучение организма человека (13ч)

Факторы здоровья. Органы, регуляция организма – нервная и гуморальная. Скелет, его части кости. Определение параметров антропометрического и функционального развития. Портфель, ортопедическая спинка, сколиоз, осанка. Изучение влияние высоты каблука у учениц 5-9 классов школы на состояние опорно-двигательной системы. Стоматология, зубы, зубочелюстные аномалии. Кровеносная и дыхательная системы, АД, ЧСС, ЧД, ЖЕЛ. Оценка состояния здоровья по функциональным пробам. Эпидермис, дерма, гиподерма, косметология. Внимание – произвольное и непроизвольное Память – зрительная, слуховая, эмоциональная. Наружное, среднее и внутреннее ухо, шумовая болезнь. Виды иллюзий. Образ жизни и здоровье. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Вредные и полезные привычки, их влияние на состояние здоровья. Паспорт здоровья.

Мое здоровье в моих руках (10ч)

Нормы питания. Оценка рациона питания. Пирамида рационального питания, рацион питания. Консерванты, фастфуд, «быстрая еда». Кислотность среды. Мороженое, эмульгаторы, красители, ароматизаторы. Пирсинг, история тату. Стресс, его виды. Организация зон релаксации в школе. Никотин, болезни курильщиков. Отрицательное влияние на организм человека ядовитых веществ. Алкоголизм, наркомания, токсикомания. Хищные и ядовитые животные и растения, опасные грибы. Как подготовиться к выезду на отдых. Государственная служба здравоохранения, частная система здравоохранения, социальное страхование, САНПиН.

Репродуктивное здоровье. Семейные ценности (7ч)

Размножение, оплодотворение, партеногенез. Репродуктивное здоровье человека. Планирование семьи. Венерические заболевания, ВИЧ, СПИД. Мужественность, Мужество, женственность, гендер, равноправие, право, обязанность, этикет. Мужское обаяние, женское очарование. Семья и культура мира: традиции, обычаи, праздники, стереотипы. Плюсы и минусы гражданского брака.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	План/факт	Тема занятия	Кол-во часов
Здоровье человека (3ч)			
1		Биосоциальная природа человека. Виды здоровья	1
2		Человек как объект исследования различных наук	1
3		Красота и здоровье	1
Изучение организма человека (13ч)			
4		Генетика человека. Генеалогическое древо	1
5		Строение организма и регуляция его работы	1
6		Опорно-двигательная система	1
7		Мой портфель	1
8		Ортопедия, плоскостопие	1
9		Строение и гигиена ротовой полости	1
10		Системы кровообращения и дыхания.	1
11		Кожа. Гигиена кожи	1
12		Внимание и память	1
13		Звуковое восприятие. Гигиена слуха	1
14		Иллюзии	1
15		Образ жизни и здоровье	1
16		Паспорт здоровья	1
Мое здоровье в моих руках (11ч)			
17-18		Нормы питания. Рациональное питание	1
19		Быстрое питание, или фастфуд	1
20		Модные напитки	1
21		Мороженое: секреты маркировки	1
22		Тату и пирсинг: за и против	1
23		Стресс, его виды	1
24		О вреде курения	1
25		Наркомания. токсикомания	1
26		Хищные и ядовитые животные и растения, опасные грибы	1
27		Право на здоровье	1

Репродуктивное здоровье. Семейные ценности (7ч)			
28		Значение и формы размножения в природе	1
29		Репродуктивное здоровье человека. Планирование семьи	1
30		Инфекции, передающиеся половым путем	1
31		Биологическая и социальная роль мужчины и женщины	1
32		Как ему (ей) понравиться?	1
33		Семья, семейно-брачные отношения	1
34		Гражданский брак	1
Итого:			34