

Отдел образования Жердевского муниципального округа  
Тамбовской области  
Сукмановский филиал муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
«Жердевская средняя общеобразовательная школа №2»

Рассмотрена  
и рекомендована к утверждению  
методическим советом школы  
Протокол №1  
от « 25 » августа 2023г



«Утверждаю»:  
директор МБОУ «Жердевская  
СОШ №2»  
/Г.С. Чернышова/  
Приказ №310 от «25» августа 2023

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
естественно – научной направленности

**«Культура здоровья»**

на 2023-2024 учебный год

Возраст обучающихся: 14-16 лет,

Срок реализации-1 год

Автор - составитель:  
Енговатова Вероника Викторовна  
педагог дополнительного образования

с. Сукмановка

2023г.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

<b>Образовательное учреждение</b>	Сукмановский филиал Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Жердевская средняя общеобразовательная школа №2»
<b>Название программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа естественно - научной направленности «Культура здоровья»
<b>Ф.И.О. автора, должность</b>	Енговатова Вероника Викторовна Учитель биологии
<b>Сведения о программе:</b>	
<b>Нормативная база</b>	<p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»</p> <p>Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р)</p> <p>Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»</p> <p>Письмо Министерства образования и науки РФ от 28 августа 2015 г. № АК-2563/05 «О методических рекомендациях»</p> <p>Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.).</p>

	<p>Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573).</p> <p>Устав Сукмановский филиала Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Жердевская средняя общеобразовательная школа №2»</p>
<b>Область применения</b>	Дополнительное образование детей
<b>Направленность</b>	Естественно - научная
<b>Вид программы</b>	Общеразвивающая
<b>Уровень программы</b>	Базовый
<b>Возраст учащихся</b>	14 – 16 лет
<b>Продолжительность обучения</b>	1 год
<b>Рецензенты и авторы отзывов</b>	
<b>Заключение экспертного совета</b>	Протокол № от 2023г.

## 1.1. Пояснительная записка

Культура здоровья – новое массовое явление в современном мире. Это специальная и реализуемая с использованием рекомендаций науки и профессиональной медицины активность человека. Она включает регулярные занятия физическими упражнениями, здоровый образ жизни, отказ от привычек, разрушающих организм (чрезмерное питание, курение, алкоголизм, наркомания, неупорядоченный режим жизни, повышенная раздражительность и прочее), предупреждение раннего ухудшения здоровья, обращение к медицинской помощи при возникновении заболеваний, купирование развития и обострения имеющихся хронических заболеваний.

Программа направлена на:

- формирование и развитие творческих способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном развитии;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- выявление, развитие и поддержку талантливых учащихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности;
- профессиональную ориентацию учащихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения и творческого труда учащихся;
- социализацию и адаптацию учащихся к жизни в обществе;
- формирование общей экологической культуры учащихся.

Здоровье людей относится к числу главных проблем человечества. Проблема снижения уровня здоровья населения России в новом тысячелетии стоит чрезвычайно остро. Особую тревогу вызывает ухудшение здоровья подрастающего поколения. С давних пор заботу о здоровье человека общество доверило только одной медицине. Уже теперь становится понятным, что для решения стратегической проблемы выживания человечества нужны новые подходы, опирающиеся на более широкую научную и методическую основу.

Здоровье ребенка формируется под влиянием совокупности социальных, экономических, природных и генетических факторов. В детстве закладывается фундамент физического и психического здоровья. Перед общеобразовательной школой и дополнительным образованием стоит проблема поиска оптимальных путей совершенствования работы по

укреплению здоровья, активизации мыслительной и двигательной деятельности и в целом по формированию здоровья детей.

Модернизация системы образования требует нового подхода в обучении, который должен войти в повседневную деятельность образовательных учреждений.

Дополнительная образовательная программа «Экология человека», способствует углублению и расширению знаний по анатомии, физиологии человека, гигиене и медицине, экологии, а также формированию здорового образа жизни.

Программа является комплексной, в ней особое внимание уделено медико-биологическим, психологическим, экологическим и социальным аспектам физического и нравственного здоровья детей.

**Направленность** данной образовательной программы естественнонаучная (эколога-биологическая).

По мере реализации программы, обучающиеся осознают взаимосвязь человека и природы, формируется готовность и стремление оказывать положительное влияние на изменение экологической обстановки. Дети должны уяснить для себя, почему здоровье человека- физическое и духовное, является главным богатством человека, каким образом здоровье зависит от окружающей среды. Тогда каждый может построить свою жизнь в современном обществе, в измененной окружающей среде, таким образом, чтобы сохранить собственное здоровье и уменьшить в меру своих сил экологическую напряженность вокруг себя.

Уровень усвоения – базовый.

### **Актуальность программы**

В последнее время возникло много экологических проблем. Поэтому люди стали чаще задумываться о своем будущем и о будущем нашей планеты, о том как сохранить здоровье и увеличить продолжительность жизни.

Ответы на подобные вопросы непосредственно связаны с деятельностью человека. Люди изменяют окружающую среду, казалось бы, для своего благополучия. Но создавая города и селения, мы уничтожаем при этом живые организмы, обитающих на этих территориях. Добывая полезные ископаемые, преобразуем естественные ландшафты. Орошая культурные посевы, способствуем опустыниванию обширных пространств. Загрязняя окружающую среду, оказываем негативное влияние на климат и многообразие живой природы.

Человек постоянно воздействует на природу. Но и возникающие в природе изменения прямо или косвенно влияют на человека. Так загрязнение среды обитания ведет к увеличению числа известных и появлению новых заболеваний.

Автоматизация разных видов деятельности влечет за собой уменьшение двигательной активности человека, оказывающее отрицательное влияние на его организм. Новые способы обработки, хранения и приготовления продуктов питания не всегда благоприятно действуют на здоровье. Можно привести множество примеров, показывающих взаимное влияние природы и человека. Однако неправильно было бы противопоставлять их: человек - это неотъемлемая часть природы, и вне природы жизнь людей невозможна.

Нам нужно осознать это и научиться исправлять свои ошибки. В данной программе мы рассмотрим вопросы влияния среды обитания на жизнь и здоровье человека. Попробуем вместе научиться правилам здорового образа жизни.

### **Отличительные особенности программы**

В процессе освоения программы используется не только теоретический материал, но и много практического. Данный курс поможет приобрести опыт творческой и проектной деятельности. В результате чего, обучающиеся добывают материал и приобретают практические навыки, которые пригодятся им в дальнейшей жизни. Эти навыки помогут им правильно вести себя в экстренных ситуациях и сохранить свое здоровье.

**Новизна программы** заключается в том, что она позволяет обучающимся реализовать свои базовые практико-теоретические знания и умения, а также приобрести опыт творческой и проектной деятельности. Программа «Культура здоровья» может быть интересна всем учащимся, кто хочет сохранить здоровье надолго. Но особенно он нужен тем, кто планирует углубленно изучать предметы естественного цикла. В программе использованы материалы из разных областей науки: медицины, экологии, анатомии, биологии, психологии и социологии.

Большой эффект в формировании экологической культуры школьников дает использование разнообразных форм работы в различном сочетании.

К ним относятся практические работы, научно-исследовательская деятельность, проектная деятельность.

Новизна программы состоит в том, что организация образовательной деятельности строится на основе валеологически структурированного занятия. Такой подход позволяет поддерживать умственную работоспособность обучающихся на оптимальном уровне в течение всего занятия, не вызывая утомления, что дает положительный оздоровительный эффект. Содержание программы основывается на знаниях детей, полученных ими в общеобразовательной школе, развивает, углубляет их, придает им эколого-валеологическую окраску.

Методика работы по программе позволяет творчески подходить к вопросам образования и оздоровления, открывает

широкий простор для инновационной деятельности. В учебном процессе используются как традиционные (рассказ, беседа, лекция, дискуссия, экскурсия и т.д.), так и нетрадиционные формы занятий (сказка, путешествия, игры, конкурсы, практикумы, проектирование и моделирование, выступления). Для выработки здоровьесберегающего поведения применяются разнообразные методики и приемы (психологический тренинг, физкультурные и оздоровительные минутки, гимнастика для глаз, пальчиковые игротренинги, аутотренинги, релаксация под музыку, самомассаж пальцев рук, стоп, ушных раковин, элементы точечного массажа и Су-джок терапии). В работе по программе большое внимание уделяется воспитательной работе, что создает благоприятную психоэмоциональную среду, способствующую не только психологическому оздоровлению, но и формированию устойчивой мотивации здорового образа жизни. В содержание программы включены блоки «Болезни и патологические состояния человека», «Лечебные манипуляции», что позволяет познакомить обучающихся с практическими приемами оказания медицинской помощи в домашних условиях.

Программой предусмотрено проведение диагностической работы, которая позволяет оценивать эффективность образовательно-оздоровительной деятельности. Диагностические исследования способствуют выявлению не только уровня сформированности валеологической культуры (уровень знаний по анатомии, физиологии и гигиене, качество умений и навыков по укреплению и сохранению здоровья), но и выявлению характера социально-психологических отношений, определению психического здоровья детей.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Каждый человек сегодня обязан обладать определенными экологическими знаниями и владеть экологической культурой, которые будут способствовать формированию и развитию физически и нравственного здорового общества.

**Адресат программы** – программа рассчитана для обучающихся 14-16 лет. Состав группы постоянный.

В группу принимаются все желающие по заявлению родителей. Специального отбора не проводится.

### **Объем программы.**

Программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Курс рассчитан на 36 часов.

### **Формы организации образовательного процесса.**

Занятия состоят из теоретической и практической части.

Программой предусматривается разнообразие **форм деятельности** обучающихся на занятиях:

- групповая или фронтальная формы деятельности обучающихся используется при изучении нового материала, при выполнении практических работ,- индивидуальная форма деятельности используется при подготовке творческих и исследовательских проектов, зачетных занятий. Форма обучения очная.

**Формы проведения занятий:** учебное занятие; лекция, практическая работа, познавательные игры; семинары; видеозанятие; защита творческих проектов; педагогическая мастерская.

Основной формой обучения является учебное занятие.

Программой предусмотрены также **формы воспитательной работы:**

- мероприятие – события, занятия;

- дела – общая работа, важные события для коллектива, осуществляемые и организуемые членами коллектива на пользу и радость кому-либо, в том числе и самому себе.

**Типы учебных занятий:**

- изучение нового материала;

- самостоятельная работа;

- обобщающее повторение;

- контрольно-учетное занятие;

- комбинированное.

**Работа с родителями:**

- открытые занятия для родителей;

- мастер – классы для родителей;

- совместное проведение мероприятий;

**Формами подведения итогов являются:**

- участие в конкурсах различного уровня; олимпиадах

- разработка и защита творческих проектов с использованием учебно-исследовательской деятельности.

## **1.2.Цель и задачи программы**

**Цель программы:**



«Культура здоровья»- расширить знания учащихся о здоровье и факторах, влияющих на него. Воспитать у учащихся потребность в здоровье, научное понимание сущности здорового образа жизни и выработки индивидуального способа валеологически обоснованного поведения.

**Использование оборудования центра «Точка роста» при реализации данной программы позволяет создать условия для:**

- личностного развития, укрепление здоровья профессионального самоопределения и творческого труда детей;
- адаптация их к жизни в обществе;
- формирование общей культуры, в том числе культуры здорового образа жизни;
- организация содержательного досуга.

- 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.

Последовательность тем учебного плана данной программы обусловлена логикой развития основных биологических понятий и способствует формированию научного мировоззрения и развитию глубокого понимания биосоциальной сущности человека в системе живого и неживого на Земле:

**Задачи программы:**

**Образовательные:**

- Усвоение научных знаний об особенностях строения организма человека как единого целого.
- Выявление связи организма с окружающей средой.
- Уяснение закономерностей развития органов и системы органов в фило и онтогенезе.
- Выделить факторы, влияющие на здоровье человека.
- Формирование здорового стиля жизни, безопасного поведения в обществе.
- Научить действовать в конкретной экологической ситуации.

**Развивающие:**

Формирование установок ЗОЖ.

Понимание положения человека в период, что важно для формирования научного мышления.

Совершенствовать умение и навыки учащихся по организации поисковой и исследовательской деятельности.

**Воспитательные:**

Информирование молодежи о вреде и последствиях употребления никотина, алкоголя, психоактивных веществ и других, ведущих к саморазрушению, о правовых последствиях социально опасного поведения подростков.

Широкое использование материала программы в воспитании санитарно-гигиенических навыков школьников как одного из аспектов экологического воспитания с обязательным учетом особенностей детского организма.

Воспитывать положительное отношение к процессу обучения. Ориентировать учащихся на выбор профессии.

**предметные:**

- приобретение специальных знаний, умений, навыков, необходимых для выполнения практических работ;
- формирование культуры здорового образа жизни
- соблюдать правила техники безопасности при работе

**метапредметные:**

- развитие творческого потенциала ребенка;
- развитие желания вести здоровый образ жизни и отказа от вредных привычек;
- развитие умения анализировать, сопоставлять, принимать решения в различных экологических ситуациях, развивать творческие способности

**личностного развития:**

- воспитывать у обучающихся любовь к природе, к своим близким, аккуратность при выполнении работы, усидчивость, кропотливость;
- прививать стремление к творчеству;
- воспитывать интерес к предмету, воспитывать нравственно-трудовые навыки и привычки;
- расширить представление об окружающем мире;
- формирование экологической грамотности, способность видеть, чувствовать окружающий мир, природу;

**Принципы, лежащие в основе программы:**

- общей культурности доступности (простота, соответствие возрастным и индивидуальным особенностям);
- наглядности (иллюстративность, наличие дидактических материалов);

- демократичности и гуманизма (взаимодействие педагога и ученика в социуме, реализация собственных творческих потребностей);
- научности (обоснованность, наличие методологической базы и теоретической основы);
- «от простого к сложному» (научившись элементарным навыкам работы, ребенок применяет свои знания в выполнении сложных творческих работ).

### 1.3.Содержание программы

#### Учебный план

№ п/п	Темы занятий	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
<b>1</b>	<b>Введение в программу</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	
	1.1.Окружающая среда и организм человека	1	1		Фронтальный опрос, анкетирование
	1.2.Здоровье и образ жизни	2	1	1	ПР/Р
<b>2</b>	<b>Естественная среда и здоровье человека</b>	<b>16</b>	<b>9.5</b>	<b>6.5</b>	
	2.1Вредные привычки	1	0,5	0,5	ПР/Р
	2.2.Условия правильного формирования формОДС	2	1	1	ПР/Р
	2.3.Природные и антропогенные факторы, Влияющие на состав крови и работу ССС	1	1		Фронтальный опрос
	2.4.Правильное дыхание	2	1	1	ПР/Р
	2.5.Терморегуляция организма. Закаливание.	2	1	1	ПР/Р
	2.6.Окружающая среда и нервная система.	1	1		Фронтальный опрос
	2.7.Биоритмы и причины их нарушений.	2	1	1	ПР/Р
	2.8.Сон.	1	1		Фронтальный опрос
	2.9.Влияние окружающей среды на железы внутренней секреции	1	1		Фронтальный опрос
	2.10.Причины заболеваний, передающиеся половым путем	1	1		Анкетирование

	2.11.Защита проектных работ «Я выбираю Жизнь».	1		1	Защита проектов
<b>3</b>	<b>Питание и здоровье.</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	
	3.1.Пища. Питательные вещества и природные Пищевые компоненты.	2	1	1	ПР/Р
	3.2.Энерготраты организма и нормы питания	2	1	1	ПР/Р
	3.3.Рациональное питание и культура здоровья	2	1	1	Ролевая игра
<b>4</b>	<b>Основы медицинских знаний</b>	<b>11</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	
	4.1Значение первой медицинской помощи	1	1		Фронтальный опрос
	4.2.Первая медицинская помощь при ранениях	1	1		Фронтальный опрос
	4.3.Первая медицинская помощь при кровотечениях	2	1	1	ПР/Р
	4.4.Первая помощь при переломах.	1		1	ПР/Р
	4.5.Первая помощь при остановке дыхания и сердечной деятельности.	1	1		Фронтальный опрос
	4.6.Первая помощь при ожогах.	1	1		Фронтальный опрос
	4.7.Травматический шок и противошоковые мероприятия	1	1		Фронтальный опрос
	4.8Инфекционные болезни	2	1	1	Семинар
	4.9.Лекарственные средства	1		1	Семинар
<b>5</b>	<b>Итоговое занятие: Педагогическая мастерская «Здоровье»</b>	<b>1</b>		1	Пед.мастерская
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>20.5</b>	<b>15.5</b>	

### Содержание программы

#### Введение (3ч).

Введение в курс программы. Комплектование группы. Анкетирование

Тема 1.1. Окружающая среда и организм человека(1ч).

Определение экологии. Экологические проблемы современности. Влияние экологических факторов на организм человека. Экстремальные факторы окружающей среды.

Тема1.2. Здоровье и образ жизни.(2ч)

Человек- биосоциальное существо. Природная и социальная среда. Здоровье. Образ жизни. Режим дня. Практическая работа «Оценка состояния физического здоровья».

РазделI.

## **Раздел 2.**

### **Естественная среда и здоровье человека (16 ч)**

Тема2.1

Вредные привычки. (1ч)

Вредные привычки, пагубные пристрастия: табакокурение, употребление алкоголя и наркотических веществ.

Тема2.2. Условия правильного формирования опорно- двигательной системы (2ч)

Опорно- двигательная система: кости и мышцы.

Факторы: наследственность, питание, физическая нагрузка, алкоголь, курение. Гиподинамия у детей и взрослых.

Активный образ жизни. Основные категории упражнений.

Практическая работа «Оценка подготовленности организма к занятиям физической культурой».

Тема2.3. Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови и работу ССС (1ч)

Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови детей и взрослых. Гипоксия. Анемия.

Иммунитет, измененные клетки. Онкологические заболевания. Аллергия. СПИД. Ударный объем. Частота сердечных сокращений. Юношеская гипертония. Профилактика заболеваний сердца.

Тема2. 4 .

Правильное дыхание (2ч)

Носовое дыхание. Правильное дыхание. Горная болезнь. Канцерогены.

Практическая работа «Влияние холода на частоту дыхательных движений».

Тема2.5

Терморегуляция организма. Закаливание. (2ч)

Воздействие солнечных лучей на кожу. Инфракрасные, видимые, ультрафиолетовые лучи. Солнечное голодание.

Правила пребывания на солнце. Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции. Теплоотдача, теплоизлучение, потоиспарение, участие кровеносных сосудов. Закаливание. Средства и способы закаливания.

Практическая работа «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды».

Тема 2.6.

Окружающая среда и нервная система (1ч)

Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Утомление. Переутомление.

Условия нормального функционирования зрительного анализатора. Фотоэпилепсия. Работа на компьютере. Внешнее воздействие на слух и орган равновесия. Вибрационная болезнь. Стресс как негативный биосоциальный фактор.

Стадии стресса.

Тип высшей нервной деятельности. Стрессоустойчивость.

Тема 2.7.

Биоритмы и причины их нарушений (2ч)

Биоритмы. Биологические часы.

Практическая работа «Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей».

Тема 2. 8.

Гигиенический режим сна – Составляющая здорового образа жизни. (1ч)

Сон. Значение фаз сна. Продолжительность сна. Гигиена сна.

Тема 2. 9.

Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции. (1ч)

Щитовидная железа. Эпифиз.

Тема 2.10.

Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путем (1ч)

Половая система человека. Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов. Проблемы взросления и культура здоровья.

Тема 2.11.

Защита проектных работ «Я выбираю жизнь». (1ч)

Народная мудрость гласит(поговорки, приметы о климате, погоде, прогноз погоды (профилактика заболеваний)

### **Раздел 3**

#### **Питание и здоровье. (6ч)**

Тема 3. 1

Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты. (2ч)

Основные компоненты пищи: белки, жиры, углеводы, витамины, вода, минеральные соли. Вкусовые компоненты. Природные пищевые компоненты: растительные волокна, молочно- кислые бактерии, дрожжи. Практическая работа №1 «чем может рассказать упаковка».

Тема 3.2. Энерготраты организма и нормы питания .(2ч) Значение питательных веществ для восстановления структур, роста и энергообразования. Нормы питания и их связь с энергозатратами организма. Энергоемкость питательных веществ. Определение норм питания в зависимости от возраста, пола и физической активности. Практическая работа « Определение калорийности продуктов (по этикеткам). Норм питания.

Тема 3.3

Рациональное питание и культура здоровья . (2ч)

«Что мы едим». Экологическое качество продуктов питания. Трансгенные продукты. Способы приготовления и хранение продуктов. Рациональное питание. Культура питания. Диета.

Ролевая игра «Реклама в СМИ: «Здоровье и бизнес» (2ч)

**Раздел 4**

**Основы медицинских знаний (13ч)**

Тема 4. 1.

Значение первой медицинской помощи.

Само и взаимопомощь. (1ч)

Тема 4.2

Первая медицинская помощь при ранениях.

Десмургия. (1ч)

Раны, их виды, характеристика. Возможные осложнения. Понятие «десмургия». Повязка, перевязка. Правила наложения повязок.

Практическая работа «Первая медицинская помощь при ранениях».

Тема 4.3.

Первая медицинская помощь при кровотечениях. (2ч)

Кровотечения, их виды. Характеристика. Остановка кровотечения. Мероприятия при внутреннем кровотечении.

Практическая работа. Первая помощь при кровотечении.

Тема 4.4.

Первая медицинская помощь при переломах (1ч)

Переломы, их основные признаки. Осложнения при переломах. Иммобилизация (основные правила).

Практическая работа «Первая медицинская помощь при переломах».

Тема 4.5

Первая медицинская помощь при остановке дыхания и сердечной деятельности. (1ч)

Способы искусственного дыхания. Непрямой массаж сердца при остановке сердечной деятельности.

Практическая работа. Первая медицинская помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.

Тема 4.6.

Первая медицинская помощь при ожогах (1ч)

Причины возникновения ожогов, степень тяжести. Приемы оказания первой медицинской помощи.

Тема 4.7

Травматический шок и противошоковые мероприятия. (1ч)

Причины травматического шока. Противошоковые мероприятия.

Тема 8

Инфекционные болезни. Дезинфекция (2ч)

Возбудители инфекционных болезней. Профилактика инфекционных болезней. Дезинфекция.

Семинар «Меры по профилактике инфекционных заболеваний».

Тема 9

Лекарственные средства. (1ч)

Лекарственные средства, дозы их применения. Способы введения лекарственных средств, хранение лекарственных средств. Лекарственные растения: виды, правила сбора и хранения, действия этих растений.

Семинар «Лекарственные травы» (2ч)

5. Итоговое занятие: Педагогическая мастерская «Здоровье». (1ч)

#### **1.4. Планируемые результаты**














## Предметные УДД

В результате освоения программы обучающиеся **будут знать:**

- Термины и понятия
- Критерии здоровья человека.
- Какие защитные механизмы есть в нашем организме.
- Как реагируют разные системы организма на измененную окружающую среду.
- Как физические факторы - холод, электромагнитные поля, шум, радиация влияют на здоровье человека.
- Какие химические вещества окружают человека в повседневной жизни, как их правильно использовать, уменьшив их вредное влияние.
- Какие социальные проблемы могут разрушать здоровье человека, каким образом связаны они с экологическими проблемами современности.
- Какой вред наносят организму вредные привычки.
- Какие биологические объекты (вирусы, микробы, животные, растения, грибы) влияют на здоровье человека, и как они зависят от окружающей среды.

## Обучающийся получит возможность научиться:

-  - выделять существенные признаки экологических 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; - аргументировать, приводить доказательства необходимости соблюдения мер профилактики заболеваний, травматизма, стрессов, вредных привычек, нарушения осанки, зрения, слуха, инфекционных и простудных заболеваний;
-  - 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 экологической науки: наблюдать и описывать экологические 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;
-  - объяснять необходимость применения тех или иных приемов при оказании первой доврачебной помощи при отравлениях, ожогах, обморожениях, травмах, спасении утопающего, кровотечениях;

-находить информацию о строении и жизнедеятельности человека в научно-популярной литературе, биологических словарях, справочниках, Интернет-ресурсе, анализировать и оценивать ее, переводить из одной формы в другую;

- ориентироваться в системе моральных норм и ценностей по отношению к собственному здоровью и здоровью других людей;

### **Обучающиеся научатся:**

Объяснять причины изменения самочувствия человека в различных ситуациях, свойства экологически комфортной среды:

Наблюдать реакцию человека на различные экстремальные условия и предотвращать негативные последствия.

Выявлять факторы окружающей среды, влияющие на состояние человека.

Использовать знания для формирования культуры ЗОЖ.

Предупреждать развитие школьной патологии:

Нарушение осанки, близорукости, плоскостопия.

Использовать имеющиеся знания для оказания первой медицинской помощи.

Уметь применять теоретические знания на практике.

Уметь планировать и проводить лабораторный опыт, практическую работу, делать математическую обработку результатов исследования, формулировать выводы.

Осознать свою индивидуальность и значимость, более бережно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих.

Учащиеся должны быть трудолюбивыми, целеустремленными, способными доводить до конца начатое дело.

#### **личностные УУД:**

- оценивать важность бережного отношения к здоровью человека и к природе;
- понимать важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества;
- вырабатывать в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения, способствующие ненасильственному и равноправному преодолению конфликта;

#### **Регулятивные УУД :**

- определять и формулировать цель деятельности, составлять план действий по решению проблемы (задачи);
- использовать информацию в проектной деятельности по формированию ЗОЖ под руководством учителя-консультанта.

#### **Коммуникативные УУД:**

- оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций, в том числе с применением средств ИКТ;
- при необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее. Учиться подтверждать аргументы фактами;
- учиться критично относиться к собственному мнению;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.);
- предвидеть (прогнозировать) последствия коллективных решений.

## **2.1. Условия реализации программы**

### **Методические условия реализации программы**

Организационная структура занятий предоставляет обучающимся возможность для самореализации. Последовательность занятий построена таким образом, что ребенок оказывается постоянно в учебной ситуации проблемно-поискового характера: необходимость анализа и синтеза, выбора, поиска, самостоятельного принятия решения.

Это касается и предмета деятельности, и способа получения информации, и глубины игрового и социального погружения.

Каждый ребенок, участвующий в работе по выполнению предложенного задания, высказывает свое отношение к выполненной работе, рассказывает о ходе выполнения задания, о назначении выполненного проекта. На занятиях возможна не только опосредованная интеграция с другими видами деятельности, но и непосредственное взаимодействие с различными учебными предметами (биология, экология, география, химия, медицина, информатика, история и др.). Тематический подход объединяет в одно целое задания из разных областей.

Курс рассчитан на подростков 14-16 лет. Продолжительность- 1 год, 1 час в неделю. Всего 36 часов. Занятия проводятся в группах.

По данной программе могут заниматься учащиеся без специальной подготовки. Для реализации программы понадобится:

Материально-техническое обеспечение программы

Занятия рассчитаны на проведение в кабинете биологии и химии, где имеется химическая лаборатория. В классе есть все необходимое: доска, 5 учебных столов, 11 стульев, демонстрационный стол, вытяжной шкаф, шкаф для хранения дидактических пособий и учебных материалов.

### **Дидактический материал, методические разработки**

Тематическая литература,

Схемы, таблицы, рисунки по анатомии и физиологии человека.

Мультимедиа – издания: «Анатомия человека» (версия 2)

репетитор «по биологии» (версия 3.)

Большая электронная энциклопедия Кирилла и Мефодия.

Наглядные пособия. Аудио, видео, интернет источники

Табельные средства – бинты, вата, стерильные повязки, жгуты, шины, медикоменты- 5% спиртовой раствор, 1-2% спиртовой бриллиантовый, валидол, нашатырный спирт, вазелин, 5% раствор йода, асептические средства.

### **Техническое оснащение**

Секундамер-1

Часы-1

Водный термометр, медицинский термометр

Емкости (таз, стаканы)

Упаковки от соков, молочных продуктов, этикетки крупных, кондитерских изделий, консервов.

Вентилятор-1

Одеяло-1

Ножницы

Ручки шариковые с цветной пастой -15

Цветные карандаши, маркеры.

Ватман, листы, бумага А-4

Линейка

ТСО (магнитофон, плеер, телевизор)

Компьютер, проекционный комплект  
Электронные носители

### Цифровая лаборатория по экологии

Обеспечивает проведение учебного экологического мониторинга инструментальными методами. Набор применяется при изучении экологии, биологии, химии, географии и природоведения, а также для индивидуальных исследований и проектной деятельности школьников.

Комплектация:

Беспроводной мультидатчик по экологическому мониторингу с 8-ю встроенными датчиками: Датчик нитрат-ионов

Датчик хлорид-ионов

Датчик pH с диапазоном измерения не уже чем от 0 до 14 pH Датчик влажности с диапазоном измерения 0...100%

Датчик освещенности с диапазоном измерения не уже чем от 0 до 180000 лк Датчик температуры с диапазоном измерения не уже чем от -20 до +140С

Датчик электропроводимости с диапазонами измерения не уже чем от 0 до 200 мкСм; от 0 до 2000 мкСм; от 0 до 20000 мкСм

Датчик температуры окружающей среды с диапазоном измерения не уже чем от -20 до +50С Отдельные датчики:

Датчик звука с функцией интегрирования с диапазоном измерения частот не менее чем от 50 Гц до 8 кГц;

Датчик влажности почвы с диапазоном измерения не уже чем от 0 до 50% Датчик кислорода с диапазоном измерения от 0 до 100%

Датчик оптической плотности 525 нм Датчик оптической плотности 470 нм

Датчик турбидиметр с диапазоном измерения не уже чем от 0 до 200 NTU Датчик окиси углерода с диапазоном измерения не уже чем от 0 до 1000 ppm

Аксессуары:  
Кабель USB соединительный (2 шт.)

Зарядное устройство с кабелем miniUSB USB Адаптер

## Bluetooth 4.1 Low Energy

Стержень для закрепления датчиков в штативе

Краткое руководство по эксплуатации цифровой лаборатории Программное обеспечение

Методические рекомендации не менее 20 работ Упаковка

Наличие русскоязычного сайта поддержки, наличие видеороликов.

## Цифровая лаборатория по физиологии

Обеспечивает проведение исследования по функционированию человеческого организма. Комплектация:

Беспроводной мультидатчик по физиологии с 5-ю встроенными датчиками: Датчик артериального давления (0...250 мм рт. ст.)

Датчик пульса с диапазоном измерения не уже чем от 30 до 200 уд/мин Датчик температуры тела с диапазоном измерения не уже чем от +25 до +40С

Датчик частоты дыхания с диапазоном измерения не уже чем от 0 до 100 циклов/мин Датчик ускорения с показателями  $\pm 2$  g;  $\pm 4$  g;  $\pm 8$  g

Отдельные устройства:

Датчик ЭКГ с диапазоном измерения не уже чем от -300 до +300 мВ) Датчик pH с диапазоном измерения не уже чем от 0 до 14 pH

Датчик силомер с диапазоном измерения не уже чем от -40 до 40 Н

Датчик освещенности с диапазоном измерения не уже чем от 0 до 180000 лк Аксессуары:

Кабель USB соединительный

Зарядное устройство с кабелем miniUSB USB Адаптер Bluetooth

4.1 Low Energy Конструктор для проведения экспериментов

Краткое руководство по эксплуатации цифровой лаборатории Программное обеспечение

Методические рекомендации не менее 20 работ Наличие

русскоязычного сайта поддержки Наличие видеороликов.

## Цифровая лаборатория по биологии

Обеспечивает выполнение лабораторных работ на уроках по биологии и экологии в основной школе и проектно-исследовательской деятельности учащихся.

Комплектация:

Беспроводной мультидатчик по биологии с 6-ю встроенными датчиками: Датчик влажности с диапазоном измерения 0...100%

Датчик освещенности с диапазоном измерения не уже чем от 0 до 180000 лк Датчик pH с диапазоном измерения не уже чем от 0 до 14 pH

Датчик температуры с диапазоном измерения не уже чем от -20 до +140С

Датчик электропроводимости с диапазонами измерения не уже чем от 0 до 200 мкСм; от 0 до 2000 мкСм; от 0 до 20000 мкСм

Датчик температуры окружающей среды с диапазоном измерения не уже чем от -20 до +40 Аксессуары:

Кабель USB соединительный

Зарядное устройство с кабелем miniUSB USB Адаптер

Bluetooth 4.1 Low Energy

Краткое руководство по эксплуатации цифровой лаборатории

Цифровая видеочка с металлическим штативом, разрешение не менее 0,3 Мпикс Программное обеспечение

Методические рекомендации не менее 30 работ Упаковка

Наличие русскоязычного сайта поддержки, наличие видеороликов.

## 2.2. Формы аттестации

### **Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы**

- Оценка овладения обучающимися каждого теоретических знаний и практических умений.
- Проведение семинаров, педагогических мастерских, обучающихся
- Участие в областных, районных и городских конкурсах, интернет-конкурсах
- Тестирование, собеседование

**Внешний контроль** - После каждого раздела программы с целью подведения итогов и поощрения воспитанников проводятся семинары, ролевые игры, защита проектных работ. Цель – стимулирование творческого



потенциала и активности воспитанников, привлечение внимания родителей к творчеству их детей. Непременное условие – использование работ каждого воспитанника. Детские проекты позволяют проследить творческий рост каждого ребенка по следующим критериям: качество исполнения, соответствие работы возрасту ребенка, оригинальность идеи.

**Внутренний контроль** - предполагает использование диагностирования, личных наблюдений педагога, отслеживания результатов работ каждого ребёнка на занятии, самоконтроль. Диагностировать полученные знания и умения позволяют различные методики – практическая работа, опрос, тестовые задания, наблюдения. Формой отчётности по педагогической диагностике является диагностическая карта. На протяжении процесса обучения отслеживается эффективность работы обучающихся по результатам выполнения практических заданий по каждой теме, способность детей самостоятельно выполнить практические задания. Работы воспитанников оцениваются педагогом по соответственно поставленной задаче.

#### **Формы контроля уровня достижений учащихся.**

Аттестация обучающихся является неотъемлемой частью образовательного процесса, которая позволяет всем участникам реально оценить результативность их совместной творческой деятельности, уровень развития способностей и личностных качеств ребенка, в соответствии с прогнозируемым результатом.

#### Виды аттестации.

1. Текущая аттестация – оценка качества усвоения материала какой-либо части (темы) программы и проводится педагогом на занятиях.
2. Промежуточная аттестация – это оценка качества усвоения обучающимися знаний в рамках программы по итогам полугодия и проводится педагогом.
3. Итоговая аттестация – это оценка овладения учащимися уровня достижений, заявленных в программе по завершению учебного года и проводится педагогом и аттестационной комиссией.

#### **Формы проведения аттестации.**

Для текущего контроля уровня достижений обучающихся использованы такие способы, как:

- наблюдение активности на занятии;
- беседа с обучающимися, родителями;
- анализ творческих работ, результатов выполнения изделий за данный период.

Промежуточный контроль- анкетирование, тестирование, творческие презентации  
Для проведения итоговой аттестации по результатам изучения курса используется:

- защита и презентация творческих работ и проектов;
- тестирование.
- 

### **2.3. Оценочные материалы**

#### **Входной контроль: АНКЕТА «МОИ ИНТЕРЕСЫ»**

На сколько интересен предмет обучающимся

Дорогой друг! Ответь, пожалуйста, на следующие вопросы:

1. Меня зовут \_\_\_\_\_

2. Мне \_\_\_\_\_ лет

3. Я выбрал объединение \_\_\_\_\_

4. Я узнал об этом объединении (нужное отметить):

- от учителя;

- от родителей;
- от друзей;
- свой вариант \_\_\_\_\_

5. Я пришел в это объединение, потому что (нужное отметить):

- хочу заниматься любимым делом;
- надеюсь найти новых друзей;
- хочу узнать новое, интересное о том, чего не изучают в школе;
- нечем заняться;
- свой вариант \_\_\_\_\_

6. Думаю, что занятия помогут мне (нужное отметить):

- определиться с выбором интересной профессии;
- с пользой проводить [свободное время](#);

- приобрести знания, которые пригодятся на уроках в школе;
- свой вариант \_\_\_\_\_

### **Промежуточный контроль-Тестирование**

1. Экология человека - это
  - 1) научное направление, изучающее взаимодействие людей с окружающей их средой;
  - 2) научное направление, изучающее взаимодействие между людьми;
  - 3) научное направление, изучающее взаимодействие людей с живыми организмами.
2. Экологические факторы это
  - 1) факторы живой природы;
  - 2) условия среды, воздействующие на человека;
  - 3) условия среды, воздействующие на организмы;
3. Свет, вода, состав почвы температура, воздух относятся к
  - 1) биотическим факторам;
  - 2) абиотическим факторам;
  - 3) антропогенным факторам.
4. Здоровье –это
  - 1) отсутствие болезней и физических недостатков;
  - 2) состояние полного физического, психического и социального благополучия.
  - 3) состояние полного физического здоровья.
5. Система мотивов и ценностей, регулирующих поведение относится к
  - 1) психическому здоровью
  - 2) физическому здоровью;
  - 3) социальному здоровью;
6. К условиям, способствующим укреплению здоровья относятся;
  - 1) режим дня, правильное питание, табакокурение, двигательная активность;
  - 2) общение с природой, режим дня, правильное питание, двигательная активность;

3) режим дня, правильное питание, двигательная активность, наркомания.

7. Этнография это

- 1) наука, изучающая бытовые, культурные особенности народов мира;
- 2) наука о происхождении и эволюции человека, образовании человеческих рас;
- 3) изучающая влияние погоды и климата на самочувствие и здоровье человека.

8. Антропология это

- 1) наука, изучающая бытовые, культурные особенности народов мира;
- 2) наука о происхождении и эволюции человека, образовании человеческих рас;
- 3) научное направление, изучающее взаимодействие людей с окружающей их средой.

9. Биометеорология

- 1) наука, изучающая бытовые, культурные особенности народов мира;
- 2) наука о происхождении и эволюции человека, образовании человеческих рас;
- 3) изучающая влияние погоды и климата на самочувствие и здоровье человека.

10. Коренное население Крайнего Севера относятся к

- 1) арктическому типу телосложения;
- 2) тропическому типу телосложения;
- 3) пустынному типу телосложения;
- 4) высокогорному типу телосложения

11. К вредным привычкам не относятся

- 1) употребление наркотиков;
- 2) употребление алкоголя;
- 3) занятия спортом;
- 4) табакокурение.

**Критерии оценки:** за каждый правильный ответ даётся 1 балл, максимальное количество 11 баллов.

**Уровни:**

- *низкий*

от 1 до 4 баллов.

- *Средний*

от 3 до 8 баллов.

- *Высокий*

от 8 до 10 баллов.

**Итоговый контроль: защита проекта**

**Критерии оценивания проекта**

**ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КАРТА РЕЙТИНГОВОЙ ОЦЕНКИ ПРОЕКТА ОБУЧАЮЩЕГОСЯ**

1. Достигнутый результат (из 5 баллов)		учитель	ученик	группа
2. Оформление проекта (из 5 баллов)				
Защита проекта	3. Представление (из 5 б.)			
	4. Ответы на вопросы			
Процесс проектирования	5. Способ приобретения знаний			
	6. Творчество (из 5 баллов)			
	7. Практическая деятельность(из 5баллов)			
	8. Умение работать в команде (из 5 баллов)			
	Итого			
Среднеарифметическая величина				
35 из 40 «5»		ОЦЕНКА		
30 из 40 «4»				
от 20 до 30 «3»				

## Результаты аттестации

### ПРОТОКОЛ РЕЗУЛЬТАТОВ АТТЕСТАЦИИ УЧАЩИХСЯ

20\_\_\_/20\_\_\_ учебный год

Вид аттестации \_\_\_\_\_

Образовательная программа и срок ее реализации \_\_\_\_\_

Кол-во учащихся в группе \_\_\_\_\_

Ф.И.О педагога \_\_\_\_\_

Дата проведения аттестации \_\_\_\_\_

Форма проведения аттестации \_\_\_\_\_

### РЕЗУЛЬТАТЫ АТТЕСТАЦИИ

№	Фамилия, имя учащегося	Год обучения	Результат аттестации
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			



9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			

Всего аттестовано \_\_\_\_\_ учащихся.

Из них по результатам аттестации:

высокий уровень \_\_\_\_\_ чел.    средний уровень \_\_\_\_\_ чел.    низкий уровень \_\_\_\_\_ чел.

Переведены на следующий год обучения \_\_\_\_\_ чел.    Закончили обучение \_\_\_\_\_ чел.

Подпись педагога

Члены аттестационной комиссии

---



---



---



---



---

## 2.4.Методические материалы

### **Формы организации образовательного процесса.**

Занятия проходят очно и состоят из теоретической и практической части.

Программой предусматривается разнообразие **форм деятельности** обучающихся на занятиях:

- групповая или фронтальная формы деятельности обучающихся используется при изучении нового материала, при выполнении практических работ,- индивидуальная форма деятельности используется при подготовке творческих проектов, зачетных занятий.

**Формы проведения занятий:** учебное занятие; лекция, практическая работа, познавательные игры; семинары; видеозанятие; защита творческих проектов; педагогическая мастерская.

Основной формой обучения является учебное занятие.

Программой предусмотрены также **формы воспитательной работы:**

- мероприятие – события, занятия;
- дела – общая работа, важные события для коллектива, осуществляемые и организуемые членами коллектива на пользу и радость кому-либо, в том числе и самому себе.

### **Типы учебных занятий:**

- изучение нового материала;
- самостоятельная работа;
- обобщающее повторение;
- контрольно-учетное занятие;
- комбинированное.

### **Методы обучения:**

- объяснительно-иллюстративный;
- репродуктивный;
- проблемный;
- частично-поисковый;
- творческий.

**Методы обучения:** словесные (рассказ, лекция, беседа, чтение), наглядные (демонстрация таблиц, видеофильмов, наглядных пособий, опытов), практические (лабораторные и практические работы).

Часто используются игровые формы обучения: дискуссии, семинары, защита рефератов и учебных проектов, ролевые игры. В качестве активных методов обучения используются задания по оценке экономической ситуации местности, поиск источников экологической опасности вблизи и внутри школы, в собственном доме, проведение экологической экспертизы, исследовательские проекты, работа с картами, оформление тематических плакатов, газет, проведение конференций.

Важно, чтоб данный курс помог обучающимся оценить свои потребности и возможности. Одновременно сочетаются сразу же несколько методов, они взаимопроникают друг в друга.

Обучение по данной программе осуществляется с использованием **следующих приемов**: приемов сообщения информации, приемов организации работы с источником знаний, приемов демонстрации чего-либо, приемов организации самостоятельной познавательной и исследовательской деятельности.

**При реализации курса использую следующие**

#### **Педагогические технологии:**

При практической реализации поставленных задач мы основываемся на использовании следующих **технологий**:

- технология развития процессов восприятия,
- технология индивидуализации обучения,
- технология группового обучения,
- технология коллективного взаимно обучения,
- технология дифференцированного обучения,
- технология разноуровневого обучения,
- технология игровой деятельности,
- коммуникативная технология обучения,
- технология коллективной творческой деятельности,
- технология развития критического мышления через экологическое мероприятие,
- технология портфолио,
- здоровьесберегающая технология.
- педагогическая мастерская
- проектная технология

- ИКТ технологии

Данные технологии обеспечивают сохранение и преумножение здоровья обучающихся в соответствии с медицинскими правилами и нормами.

## **2.5. Информационные источники**

Для учителя:

1. Агаджанян Н.А., Томин В.И. Экология человека М, 2005
2. Белова Н.И., Наумова Н.Н. Экология в мастерских. СПТ: Паритет, 2007.
3. Баланчин РК. Природа и цивилизация М, 2009.
4. Величковский Б.Т. Здоровье человека и окружающая среда. М, 2006.
5. Горбатовский В.В., Рыбальский Н.Г., Экология и безопасность питания. Н., РЕФИА, 2005
6. Горшков В.Г. Экология человека. Л., 2005
7. Медико- санитарная подготовка учащихся под редакцией П.А. Карцева, М: Просвещение, 2007
8. Малахов Г.П. Разумное питание. С.Петербург, 2005
9. Резанова Е.А., Антонова И.П. Биология человека в таблицах, рисунках и схемах – М, 2008
10. Потапов А.И. Здоровый образ жизни. Биология в школе. №3. 1988.
11. Учиться жить здоровым //Свет. 1992 №2
12. Ягодинский В.Н. Школьнику о вреде никотина и онкология. - М, 2009

Мультимедиа – издания: «Анатомия человека» (версия 2)

Репетитор «по биологии» (версия 3.)

Большая электронная энциклопедия Кирилла и Мефодия.

**Для обучающихся:**

1. Агаджанян Н.А., Катков А.Ю. Резервы нашего организма.- М: Знание, 2008.

2. Азбука природы. Более 1000 вопросов и ответов о нашей планете, ее растительном и животном мире. – М.: Ридерз Дайджест, 1997.
3. Асланиди К.Б. и др. Экологическая азбука для детей и подростков. –М: Изд. МНЭПУ, 2005.
4. Биология. Энциклопедический словарь школьника / Сост. П. Кошель -М.: ОЛМА- ПРЕСС, 2008.
5. Верзилин Н.М. По следам Робинзона - М.: Просвещение, 1994.
6. Данилова Н.А. Природа и наше здоровье. – М: Мысль, 2009.
7. Занимательные опыты с веществами вокруг нас: Иллюстрированное пособие для школьников, изучающих естествознание, химию, экологию / Авт. – сост. Н.В. Груздева, В.Н. Лаврова, А.Г. Муравьев. – СПб.:Крисмас+, 2008.
8. Колбовский Е.Ю. Экология для любознательных, или о чем не узнаешь на уроке. – Ярославль. «Академия развития», 20010.
9. Я познаю мир. Дет. энциклоп.: Экология/авт.-сост. А.Е. Чижевский. Под общей ред. О.Г. Хинн. – М.: ООО «Фирма «Издательство АСТ», 2009

## **Интернет-ресурсы**

1. – детский телекоммуникационный проект «Экологическое содружество.
2. – управление по охране окружающей среды и природопользованию Тамбовской области.
3. [www.bio.1september.ru](http://www.bio.1september.ru)
4. [www.bio.nature.ru](http://www.bio.nature.ru)
5. [www.edios.ru](http://www.edios.ru)
6. [www.km.ru/educftion](http://www.km.ru/educftion)

## **Приложение**

### **Календарный учебный график**

Место проведения занятий: Сукмановский филиал МБОУ «Жердевская СОШ №2»

Время проведения: 15ч. 30 мин.

№ п/п	Месяц	Число	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1	0.9	0.5	Беседа	1	Ведение в программу. Комплектование группы. Знакомство с правилами ТБ.	Анкетирование
2	09.	0.5	Беседа. Просмотр видеоролика	1	Окружающая среда и организм человека.	Фронтальный опрос
3	0.9	12	Практическая работа	1	«Оценка состояния физического здоровья».	Практическая работа
4	0.9	12	Беседа, пр/р	1	Вредные привычки	Анкетирование
5-6	0.9	19 26	Беседа, работа с анатомическим атласом	1 1	Опорно- двигательная система: кости и мышцы.	ПР/Р
7	10	0.3	Лекция	1	Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови детей и взрослых.	Фронтальный опрос
8	10	10	Лекция	1	Правильное дыхание	ПР/Р
9	10	17	Лекция с элементами беседы	1	Гипоксия. Анемия. Иммуниетет, измененные клетки. Онкологические заболевания. Аллергия. СПИД.	Фронтальный опрос
10	10	24	Беседа	1	Воздействие солнечных лучей на кожу.	Фронтальный опрос
11	10	31	ПР/Р	1	Практическая работа «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды».	П/Р

12	11	7	Лекция	1	Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Утомление. Переутомление.	Фронтальный опрос
13	11	14	Лекция	1	Биоритмы. Биологические часы.	Фронтальный опрос
14	11	21	Самостоятельная работа	1	Практическая работа «Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей».	ПР/Р
15	11	28	Лекция с элементами беседы	1	Гигиенический режим сна – Составляющая здорового образа жизни.	Фронтальный опрос
16	12	5	Работа с учебником	1	Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции.	Самостоятельная работа
17	12	12	Лекция	1	Причины заболеваний, передающиеся половым путем.	Анкетирование
18	12	19	Практическое занятие	1	Защита проектных работ «Я выбираю жизнь». Народная мудрость гласит (поговорки, приметы о климате, погоде, прогноз погоды (профилактика заболеваний)	Защита проектов
19	01	9	Видеофильм	1	Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты. Основные компоненты пищи	Фронтальный опрос
20	01	16	ПР/Р	1	Практическая работа №3 «О чем может рассказать упаковка».	ПР/Р
21	01	23	Работа с учебником	1	Определение норм питания в зависимости от возраста, пола и физической	Самостоятельная работа

					активности.	
22	01	30	ПР/Р	1	Практическая работа « Определение калорийности продуктов (по этикеткам). Норм питания.	ПР/Р
23	02	06	Работа с таблицами	1	Что мы едим». Экологическое качество продуктов питания.	Самостоятельная работа
24	02	13	Игра	1	Ролевая игра «Реклама в СМИ: « Здоровье и бизнес»	Защита презентаций
25	02	20	Лекция	1	Значение первой медицинской помощи. Само и взаимопомощь.	Фронтальный опрос
26	02	27	Работа с атласом	1	Раны, их виды, характеристика. Возможные осложнения. Понятие «десмургия».	Самостоятельная работа
27-28	03	6.13.	Лекция	1		ПР/Р
29	03	20	Лекция	1	Переломы, их основные признаки. Первая медицинская помощь при переломах».	Фронтальный опрос
30	03	27	Лекция	1	Первая медицинская помощь при остановке дыхания и сердечной деятельности.	Фронтальный опрос
31	04	03	Видеофильм	1	Первая медицинская помощь при ожогах	Фронтальный опрос
32	04	10	Работа с текстом	1	Травматический шок и противошоковые мероприятия.	Самостоятельная работа
33	04	17	Лекция	1	Инфекционные болезни. Дезинфекция	Фронтальный опрос
34	04	24	Практическое занятие	1	Семинар «Меры по профилактике инфекционных заболеваний».	Защита рефератов
35	05	8	Практическое занятие	1	Лекарственные средства, дозы их применения.	Семинар
36	05	15	Практическое	3	Педагогическая мастерская «Здоровье».	Защита проектных работ






### Мониторинг развития основных компетенций учащихся

Показатели	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Уровень	Методы
<b>Учебно-познавательные</b> Работа с информационными источниками	Самостоятельность в подборе и работе с источниками информации	Информационные источники не использует, работать с ними не умеет. Испытывает серьезные затруднения при выборе информационных источников, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога.	Низкий	Наблюдение, анализ способов деятельности и детей, их учебно-исследовательских работ
		Работает с информационными источниками с помощью педагога или родителей.	Средний	
		Работает с информационными источниками самостоятельно, не испытывает особых трудностей	Высокий	
Потребность в саморазвитии	Потребность в самосовершенствовании, развитии познавательных способностей	Саморазвития нет. Испытывает серьёзные затруднения в саморазвитии, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога.	Низкий	
		Саморазвитие требует помощи педагога.	Средний	
		В саморазвитии не испытывает особых трудностей.	Высокий	
Осуществление учебно-исследовательской и	Самостоятельность в учебно-исследовательской	Осуществлять учебно-исследовательскую и проектную работу не хочет. Испытывает серьезные затруднения, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога.	Низкий	

проектной деятельности (пишет рефераты, проводит учебные исследования, работает над проектом и пр.)	работе	Работает с помощью педагога или родителей. Исследовательскую работу проводит с помощью педагога или родителей.	Средний	
		Исследовательскую работу проводит самостоятельно.	Высокий	
<b>Коммуникативные</b> Умение слушать и слышать педагога, принимать во внимание мнение других людей	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Объяснения педагога не слушает, учебную информацию не воспринимает. Испытывает серьезные затруднения в концентрации внимания, с трудом воспринимает учебную информацию.	Низкий	Наблюдение, собеседование
		Слушает и слышит педагога, воспринимает учебную информацию при напоминании и контроле, иногда принимает во внимание мнение других.	Средний	
		Сосредоточен, внимателен, слушает и слышит педагога, адекватно воспринимает информацию, уважает мнение других.	Высокий	
Выступление перед аудиторией	Свобода владения и подачи учащимся подготовленной информации	Перед аудиторией не выступает. Испытывает серьезные затруднения при подготовке и подаче информации	Низкий	
		Готовит информацию и выступает перед аудиторией при поддержке педагога.	Средний	
		Самостоятельно готовит информацию, охотно выступает перед аудиторией, свободно владеет и подает информацию.	Высокий	
Участие в дискуссии, умение защищать свою точку зрения	Самостоятельность в дискуссии, логика в построении доказательств	Участие в дискуссиях не принимает, свое мнение не защищает. Испытывает серьезные затруднения в ситуации дискуссии, необходимости предъявления доказательств и аргументации своей точки зрения, нуждается в значительной помощи педагога.	Низкий	
		Участвует в дискуссии, защищает свое мнение при поддержке педагога.	Средний	
		Самостоятельно участвует в дискуссии, логически обоснованно предъявляет доказательства, убедительно аргументирует свою точку зрения	Высокий	

<b>Организационные</b> Умение организовывать свое рабочее (учебное) место	Способность самостоятельно организовывать свое рабочее место к деятельности и убирать за собой	Рабочее место организовывать не умеет. Испытывает серьезные затруднения при организации своего рабочего места нуждается в постоянном контроле и помощи педагога	Низкий	Наблюдение, собеседование
		Организовывает рабочее место и убирает за собой при напоминании педагога.	Средний	
		Самостоятельно готовит рабочее место и убирает за собой.	Высокий	
Умение планировать и организовать работу, распределять учебное время	Способность самостоятельно организовывать процесс работы и учебы, эффективно распределять и использовать время	Организовывать работу и распределять время не умеет. Испытывает серьезные затруднения при планировании и организации работы, распределении учебного времени, нуждается в постоянном контроле и помощи педагога и родителей.	Низкий	
		Планирует и организовывает работу, распределяет время при поддержке (напоминании) педагога и родителей.	Средний	
		Самостоятельно планирует и организовывает работу, эффективно распределяет и использует время.	Высокий	
Аккуратно, ответственно выполнять работу	Аккуратность и ответственность в работе	Безответственен, работать аккуратно не умеет и не стремится. Испытывает серьезные затруднения при необходимости работать аккуратно, нуждается в постоянном контроле и помощи педагога.	Низкий	
		Работает аккуратно, но иногда нуждается в напоминании и внимании педагога.	Средний	
		Аккуратно, ответственно выполняет работу, контролирует себя сам.	Высокий	
Соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям	Правила ТБ не запоминает и не выполняет. Овладел менее чем ½ объема навыков соблюдения правил ТБ, предусмотренных программой.	Низкий	
		Объем усвоенных навыков составляет более ½.	Средний	
		Освоил практически весь объем навыков ТБ, предусмотренных программой за конкретный период и всегда соблюдает их в процессе работы.	Высокий	

