

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 237
Красносельского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Решением Педагогического совета
ГБОУ СОШ №237
Красносельского района Санкт-
Петербурга
Протокол №1 от 29.08.2024

УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора
ГБОУ СОШ №237
Красносельского района Санкт-Петербурга
от 29.08.2024 № 62-ахд
_____И.Т.Морарь

ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Азбука здоровья»

для обучающихся 8-9 класса,
срок реализации – один учебный год, 34 часа,
направление – внеурочная деятельность, направленная на реализацию
комплекса воспитательных мероприятий на уровне образовательной
организации, класса, занятия

Автор:

Комарова Елена Владимировна,
учитель внеурочной деятельности

Санкт-Петербург
2024-2025 учебный год

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности разработана для занятий с обучающимися 8-9 класса в соответствии с требованиями ФГОС и в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- Письма Минпросвещения России от 05.07.2022 № ТВ-1290/03 направлении методических рекомендаций»;
- • Основной образовательной программы основного общего ГБОУ СОШ № 237 Красносельского района Санкт-Петербурга, в том числе с учетом рабочей программы воспитания на 2024-2025 уч.год.
- Постановление главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении санитарных правил СП2.4.3648-20 "Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Положение о структуре, порядке разработки, рассмотрения и утверждения рабочих программ учебных предметов, курсов, модулей в ГБОУ СОШ №237 Красносельского района Санкт-Петербурга (от 30.08.2021 №130-од).

В данный момент актуальность и общенациональный характер проблемы здоровья граждан России очевидны. Не так давно ученые говорили о том, что образ жизни человека на 50% определяется его здоровьем. На Всероссийском форуме «Здоровье нации – основа процветания России», который прошел в 2006 году, эксперты говорили о том, что уже на 70-80% жизнь человека зависит от состояния его здоровья. Эти цифры заставляют уже серьезно задуматься о формах и методах укрепления здоровья нации, о стратегии в этой области и роли третьего участника процесса – общества.

Именно общество в лице образовательных учреждений формирует систему приоритетов и ценностей, определенный стиль жизни, так называемые социально одобряемые нормы поведения. Сегодня, к огромному сожалению, социально одобряемое поведение не ведет к здоровью, а, следовательно, и к счастливой жизни. Поэтому если гражданин (в нашем понимании – учащийся) не очень понимает необходимость сохранения своего здоровья, то задача образовательного учреждения состоит в разъяснении того, что в современных рыночных условиях нельзя рассчитывать только на государство, если ты сам не в состоянии ответить за свое будущее. А задача общества, если оно заинтересовано в дальнейшем своем существовании, - в максимально короткие сроки изменить ситуацию, найти новые формы пропаганды и внедрения ценностей здорового образа жизни, культуры здо-

ровья, выработать новую систему социально-культурных ценностей, в которой здоровье будет одним из основных личностных приоритетов.

Особенности содержания обучения предмета биологии в основной школе обусловлены спецификой биологии как науки и поставленными задачами. Основными проблемами биологии являются изучение строения живых организмов, их роли в природе и жизни человека, практического использования и защиты.

Определение места человека в ряду живых существ, его генетическая связь с животными предками позволяют осознать учащимся единство биологических законов, их проявление на разных уровнях организации, понять взаимосвязь строения и функций органов и систем и убедиться в том, что выбор того или иного сценария поведения возможен лишь в определенных границах, за пределами которых теряется волевой контроль и процессы идут по биологическим законам, не зависящим от воли людей. Таким образом, выбор между здоровым образом жизни и тем, который ведет к болезни, возможен лишь на начальном этапе. Отсюда следует важность знаний о строении и функциях человеческого тела, о факторах, благоприятствующих здоровью человека и нарушающих его. Методы самоконтроля, способность выявить возможные нарушения здоровья и вовремя обратиться к врачу, оказать при необходимости доврачебную помощь, отказ от вредных привычек — важный шаг к сохранению здоровья и высокой работоспособности. В курсе уделяется большое внимание санитарно-гигиенической службе, охране природной среды, личной гигиене.

Включение сведений по психологии позволит более рационально организовать учебную, трудовую, спортивную деятельность и отдых, легче вписаться в коллектив сверстников и стать личностью.

Цель: выявление и развитие способностей каждого ребенка, формирование духовно богатой, свободной, физически здоровой, творчески мыслящей, социально активной личности, обладающей прочными знаниями, ориентированной на высокие нравственные ценности, способной впоследствии на участие в социальном и духовном развитии общества.

Практические задачи данного проекта программы можно определить следующим образом:

- обеспечение необходимых условий 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.

Учебно-воспитательные задачи проекта программы 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.

Участники проекта:

учащиеся 8 и 9 класса (возраст 13-15 лет) (программа рассчитана на 2 года).

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 не живого на Земле:

1 модуль - «Здоровье в системе человек-природа».

2 модуль - «Здоровье в системе человек - абиотические факторы».

3 модуль - «Здоровье в системе человек - биотические факторы».

4 модуль - «Здоровье в системе человек - антропогенные факторы».

В программу введен не только анатомо-физиологический и морфологический материал, но и сведения по экологии человека, растений и животных, о влиянии разнообразных экологических факторов на организм человека, о зависимости процессов жизнедеятельности и здоровья людей от природных и социальных факторов окружающей среды. Практические занятия ориентируют учащихся на активное познание свойств организма человека и развитие умений по уходу за ним.

Предусмотрено также усиление гуманистических и нравственных аспектов знания о человеке и отношении к человеку как личности.

Данная программа ВД реализуется, в том числе для детей с ОВЗ для удовлетворения их особых образовательных потребностей.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня заболеваемости детей
2. Формирование здорового образа жизни в семье.
3. Развитие экологической культуры.

Способы проверки 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. Исследование проявления формирующегося нравственно-волевого характера подростков; при этом выявление базовых качества личности, проявляющиеся в основных сферах отношений подростков.

4. Конкурс портфолио «Мои достижения» (проектная, исследовательская и творческая деятельность детей и подростков).

5. Защита мини – проектов «Программа моего здоровья».

Программа способствует формированию у школьников следующих видов универсальных учебных действий:

ЛУУД:

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

РУУД:

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя.
- Планировать последовательность действий, вносить необходимые коррективы.
- Высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному учителем плану.
- Давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.

ПУУД:

- 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.

Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем)

КУУД:

- 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 поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Виды деятельности: организационно–деятельностные игры, викторины, выпуск газет, памяток, спортивные соревнования, беседы, исследования.

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

Планируемые результаты реализации программы курса ориентированы на достижение всех трех уровней воспитательных результатов:

Результаты первого уровня (осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения).

Школьники приобретут знания об основных вопросах 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, о значении физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья.

Ученик научится:

- Учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;
- Планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- Строить речевые высказывания в устной форме;
- Адекватно воспринимать оценку учителя;
- Осуществлять поиск и выделять конкретную информацию с помощью учителя;
- Устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений.

Результаты второго уровня (социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром)

Ученик научится:

- Составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- Выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- Различать “полезные” и “вредные” продукты;
- Использовать средства профилактики ОРЗ, ОРВИ;
- Определять благоприятные факторы воздействующие на здоровье;
- Заботиться о своем здоровье.

Результаты третьего уровня (приобретение опыта самостоятельного социального действия, опыт волонтерской деятельности; опыт организации совместной деятельности с другими детьми и работы в группе.)

Ученик научится:

- Применять коммуникативные и презентационные навыки;
- Использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе;

- Оказывать первую медицинскую помощь
- Включаться в творческую деятельность под руководством учителя;
- Строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
- Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- Задавать вопросы, для организации собственной деятельности.

3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ» 68 часов (34 часа в 8 классе, 34 часа в 9 классе), 1 час в неделю

I. Модуль: «Здоровье в системе «человек-природа» (21 час)

ЗОЖ и долголетие. (4 часа)

Информационная часть: средняя продолжительность жизни, появились новые области знаний: валеология, геронтология. Календарный и биологический возраст. Стратегия жизни долгожителей. Андрогены и эстрогены – их влияние на продолжительность жизни.

Практическая часть: Просмотр и обсуждение: фильм «Секретные материалы: Ключи от долголетия» (2014). Обсуждение вопроса: «Почему черепаха живет 300 лет, а амeba полчаса?»

Здоровье и погода. (5 часов)

Информационная часть: Почему смена погоды влияет на самочувствие человека. Что происходит при снижении атмосферного давления. Рекомендации. Что происходит при повышении атмосферного давления. Рекомендации. Что происходит с организмом, когда влажность воздуха понижается или повышается. Рекомендации. Как влияют перепады температуры воздуха на самочувствие человека. Рекомендации. Что такое магнитные бури и как они влияют на самочувствие человека. Рекомендации. (Рекомендации необходимо предлагать самим ученикам. Преподаватель должен их корректировать.). Как одеться по погоде? Определение реальной температуры на улице. Топ «11 способов, как избавиться от метеозависимости».

Практическая часть: Обсуждение вопросов учеников. Просмотр и обсуждение мультфильма «Где рождается погода». (Развивающие мультфильмы для детей «Формула Ума!»)

Практическая работа: Составление индивидуальной схемы примеров одежды в зависимости от погодных условий.

Режим «труд-отдых» и здоровье. (6 часов)

Информационная часть: Режим дня. Разработка советов «почему важен режим дня». Биологические ритмы. Роль сна в здоровье человека. Сколько часов необходимо для сна. Лучшее время для сна. Понятие отдыха.

Практическая часть: Просмотр и обсуждение режимов дня участников, корректировка, работа над ошибками. Просмотр мультфильма «Смешарики: Алфавит здоровья – Распорядок». Конкурс на лучший вывод по этому мультфильму.

Практическая работа: Разработка собственного режима дня (мини-проект)

Питание и здоровье. (6 часов)

Информационная часть: Понятие о правильном питании. Химический состав пищи, изучение состава продуктов из списка учеников. Белки, жиры, углеводы, минеральные вещества. Энергетическая ценность пищи. Режим приёма пищи. .

Практическая часть: Занимательное тестирование. «Что вы за фрукт?». Обсуждение высказывания: «Мы то, что едим»

Практическая работа: Составление индивидуального рациона питания (мини-проект).

Формы организации работы: внеурочная форма; организация деловых игр, дискуссий, диспутов и т. п.; консультации; индивидуальная работа; групповая и коллективная работа; самостоятельная работа; практическая творческая работа; проектная работа (мини-проект); презентация.

II. Модуль: «Здоровье в системе «человек- абиотические факторы» (13 часов)

Воздух и здоровье. (4 часа)

Информационная часть: Проблема загрязнения воздуха. Основные загрязнители окружающей среды и их действие. Концентрация CO₂, O₂. Воздух жилых помещений. Воздух города и деревни – сравнение экологической ситуации. Лихеноиндикация. Какие заболевания провоцирует загрязнение воздуха.

Практическая часть: дебаты по теме «Жить в городе лучше, чем в деревне».

Вода и здоровье. (5 часов)

Информационная часть: Необходимый объем жидкости. Что пить для восстановления водного баланса организма? Питьевая вода – понятие. Основные источники загрязнения питьевой воды. Способы очистки воды – фильтры. Минеральная вода, классификация. Показания к применению.

Практическая часть: Фильм «Тайны воды».

Практическая работа: Рассмотрение под микроскопом воды из «стоячего водоема». Фильтрация воды с помощью угля, гальки и натуральной ткани.

Биоритмы и здоровье. (4 часа)

Информационная часть: Понятие биоритма. Необходимо знать типичные внутренние часы организма, которые выработались в эволюционном развитии человека, и строить свою суточную жизнь в соответствии с ними.

Практическая часть: По суточным ритмам физиологической активности человека относят (в той или иной мере) к одному из хронобиологических типов, условно называемых «сова», «жаворонок», «голубь» (смешанный тип).

Практическая работа: Выполнение теста по определению своего хронобиологического типа.

Практическая работа: Корректировка своего режима дня с позиции суточных ритмов своей физиологической активности.

Формы организации работы: внеурочная форма; организация деловых игр, дискуссий, диспутов и т. п.; консультации; индивидуальная работа; групповая и коллективная работа; самостоятельная работа; практическая и творческая работа; проектная работа (мини-проект); презентация.

III. Модуль: «Здоровье в системе «человек – биотические факторы» (18 часов)

Бактерии, вирусы и человек. (6 часов)

Информационная часть: Бактерии – особенности. Полезные бактерии – значение. Бактерии – возбудители заболеваний. Профилактика. Как протекает заболевание, вызванное бактерией. Как организм борется с бактерией. Антибиотики.

Вирусы – особенности. Проникновение вируса в клетку человека. Болезни вирусной природы. Профилактика. Лечение. Как отличить заболевание от бактерии или от вируса.

Практическая часть: Возможно проведение ролевой игры «Вирус».

Практическая работа: Приготовление питательной среды и выращивание культуры картофельной палочки.

Растения и человек. (6 часов)

Информационная часть: Космическая роль растений. Лекарственные растения. Ядовитые растения. Растения в рационе питания человека. Вегетарианство – «за» и «против». Комнатные растения и их влияние на газовый состав в комнате.

Практическая часть: Подготовка «стоячего водоёма». Рассмотрение под микроскопом капельки воды из препарата. Обсуждение увиденных организмов. Анализ растений в школе: подсчёт и определение растения, выявление ядовитых растений. Формулировка «полезных» растений для школы.

Практическая работа: Рассмотрение под микроскопом капельки воды из препарата «стоячего водоёма».

Практическая работа: Анализ растений в школе.

Животные и человек. (6 часов)

Информационная часть: Животные – особенности. Полезные животные – их значение.

Животные-вредители, возбудители заболеваний. Профилактика. Животные в рационе питания в странах Мира.

Домашние животные. Зоотерапия.

Практическая часть: дебаты на темы: «Пчела – опасное или полезное насекомое

для человека», «Змея – символ мудрости», «Человечество сменяют крысы» и т.д.

Обсуждение вопроса: «Что для своей деятельности человек позаимствовал у животных?»

Формы организации работы: внеурочная форма; организация деловых игр, дискуссий, диспутов и т. п.; консультации; индивидуальная работа; групповая и коллективная работа; самостоятельная работа; практическая творческая работа; проектная работа (мини- проект); презентация.

IV. Модуль: «Здоровье в системе «человек - антропогенные факторы» (13 часов)

Понятие об антропогенных факторах. (3 часа)

Информационная часть: Антропогенные факторы – понятие. Антропогенное загрязнение гидросферы, литосферы, атмосферы. Электромагнитное излучение. Вибрационное загрязнение. Шум. Радиация. Вторичная переработка материалов.

Практическая работа: Решение познавательных задач.

Глобальные проблемы человечества. (6 часов)

Информационная часть: Глобальные проблемы – понятие. Характеристика проблем. Классификация проблем. Пути решения проблем.

Проблема глобальных климатических изменений. Сокращение озонового слоя. Кислотные дожди. Опустынивание. Глобальное снижение биологического многообразия. Рост населения. Ресурсный кризис. Терроризм. Болезни века: чума, оспа, СПИД, холера, шизофрения.

Практическая часть: обсуждения путей решения глобальных проблем. Разбивка на микрогруппы – для проектной деятельности. Необходимо придумать тему социального проекта (мероприятия) для решения любой экологической глобальной проблемы, для привлечения внимания общества к определённым проблемам. Так же необходимо сформулировать цель и задачи для решения проблемы. Заполнение информационной карты (паспорта проекта). Представление каждого проекта. Обсуждение, корректировка.

Практическая работа: Решения глобальной проблемы (мини-проект)

Коэволюция и человек. (4 часа)

Информационная часть: Коэволюция — совместная эволюция биологических видов, взаимодействующих в экосистеме. Изменения, затрагивающие какие-либо признаки особей одного вида, приводят к изменениям у другого или других видов. 1 0

Практическая часть: Представление проектов и презентаций. Обсуждение. Ролевая игра «Эволюция»

Практическая работа: Доказательства коэволюции (мини-проект)

Формы организации работы: внеурочная форма; организация деловых игр, дискуссий, диспутов и т. п.; консультации; индивидуальная работа; групповая и коллективная работа; самостоятельная работа; практическая творческая работа; проектная работа (мини-проект); презентация.

V. Модуль: Защита мини-проектов «Программа моего здоровья (3 часа)

Информационная часть: План проекта.

Практическая работа: Программа моего здоровья (мини-проект)

Формы организации работы: внеурочная форма; организация дискуссий, диспутов и т. п.; консультации; индивидуальная работа; практическая творческая работа; проектная работа (мини-проект); презентация.

Реализация программы с применением ЭО и ДОТ в связи с особыми обстоятельствами

В связи с особыми обстоятельствами, на основании письма Министерство просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ НОО, ООО, СОО с применением ЭО и ДОТ»; Инструктивно-методического письма Комитета Образования Санкт-Петербурга от 16.03.2020 № 03-28-2516/20-0-0 «О реализации организациями программ основного общего образования с применением ЭО, ДОТ» реализация образовательной программы основного общего образования, может осуществляться с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий с использованием ресурсов в сети Интернет.

В данной программе предусмотрена возможность организации учебного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. В зависимости от возможностей и актуальности применения, учитель выбирает удобные для качественного освоения темы обучающимися Интернет-ресурсы и порталы.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «УРОКИ ЗДОРОВЬЯ». 8 КЛАСС

(34 часа, 1 час в неделю)

№ занятия	Тема занятия	Дата	
		по плану	факту
I. Модуль: «Здоровье в системе «человек-природа» (21 час) ЗОЖ и долголетие. (4 часа)			
1	Календарный и биологический возраст		
2	Средняя продолжительность жизни.		
3	Стратегия жизни долгожителей.		
4	Андрогены и эстрогены – их влияние на продолжительность жизни.		
Здоровье и погода. (5 часов)			
5	1. Почему смена погоды влияет на самочувствие человека.		
6	2. Влияние атмосферного давления и влажности на самочувствие человека.		
7	3. Влияние температуры на самочувствие человека. Как одеться по погоде?		
8	4. <i>Практическая работа:</i> Составление индивидуальной схемы примеров одежды в зависимости от погодных условий.		
9	5. Влияние магнитных бурь на самочувствие человека.		
Режим «труд-отдых» и здоровье. (6 часов)			
10	1. Режим дня.		
11	2. Биологические ритмы.		
12	3. Роль сна в здоровье человека.		
13	4. Понятие отдыха.		

14	5. <i>Практическая работа:</i> Разработка собственного режима дня (мини-проект)		
15	6. Защита мини-проектов: Мой режим дня		
<i>Питание и здоровье. (6 часов)</i>			
16	1. Понятие о правильном питании.		
17	2. Химический состав пищи. Белки, жиры, углеводы, мине-		

	ральные вещества.		
18	3. Энергетическая ценность пищи.		
19	4. Режим приёма пищи.		
20	5. <i>Практическая работа:</i> Составление индивидуального ра-циона питания (мини-проект).		
21	6. Защита мини-проектов: Мой индивидуальный рацион пита-ния.		
<u>II. Модуль: «Здоровье в системе «человек- абиотические факторы»</u> (14 часов)			
<i>Воздух и здоровье. (4 часа)</i>			
22	1. Проблема загрязнения воздуха. Основные загрязнители ок-ружающей среды и их действие.		
23	2. Воздух жилых помещений.		
24	3. Воздух города и деревни – сравнение экологической ситуа-ции. Лихеноиндикация.		
25	4. Какие заболевания провоцирует загрязнение воздуха.		
<i>Вода и здоровье. (5 часов)</i>			
26	1. Необходимый объем жидкости.		
27	2. Питьевая вода – понятие.		
28	3. Основные источники загрязнения питьевой воды. Способыочистки воды – фильтры.		
29	4. Минеральная вода, классификация. Показания к приме-нию.		
30	5. <i>Практическая работа:</i> Рассмотрение под микроскопом во-ды из «стоячего водоема». Фильтрация воды с помощью угля, гальки и натуральной ткани.		
<i>Биоритмы и здоровье. (5 часов)</i>			
31	1. Понятие биоритма.		

32	2. Типичные внутренние часы организма, которые выработались в эволюционном развитии человека		
33	3. Суточные ритмы физиологической активности человека		

34	4. <i>Практическая работа:</i> Выполнение теста по определению своего хронобиологического типа. <i>Практическая работа:</i> Корректировка своего режима дня спозиции суточных ритмов своей физиологической активности.		
----	---	--	--

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «УРОКИ ЗДОРОВЬЯ». 9 КЛАСС

(34 часа, 1 час в неделю)

№ за- нятия	Тема занятия	Дата по	
		плану	факту
<u>III. Модуль: «Здоровье в системе «человек – биотические факторы»</u> (18 часов) <i>Бактерии, вирусы и человек. (6 часов)</i>			
1	Бактерии – особенности.		
2	Полезные бактерии – значение.		
3	<i>Практическая работа:</i> Приготовление питательной среды и выращивание культуры картофельной палочки.		
4	Бактерии – возбудители заболеваний. Профилактика.		
5	Вирусы – особенности. Болезни вирусной природы. Профилактика. Лечение.		
6	Как отличить заболевание от бактерии или от вируса.		
<i>Растения и человек. (6 часов)</i>			
7	1. Космическая роль растений.		
8	2. <i>Практическая работа:</i> Рассмотрение под микроскопом капельки воды из препарата «стоячего во-доёма».		
9	3. Лекарственные растения. Ядовитые растения.		
10	4. Растения в рационе питания человека. Вегетарианство – «за» и «против».		
11	5. Комнатные растения и их влияние на газовый состав к комнате.		

12	6. <i>Практическая работа:</i> Анализ растений в школе.		
<i>Животные и человек. (6 часов)</i>			
13	1. Животные – особенности.		
14	2. Полезные животные – их значение.		
15	3. Животные-вредители, возбудители заболеваний. Профилактика.		
16	4. Опасные животные		
17	5. Животные в рационе питания в странах Мира.		

18	6. Домашние животные. Зоотерапия.		
<u>IV. Модуль: «Здоровье в системе «человек - антропогенные факторы» (13 часов)</u>			
<i>Понятие об антропогенных факторах. (3 часа)</i>			
19	1. Антропогенные факторы – понятие.		
20	2. Антропогенное загрязнение гидросферы, литосферы, атмосферы.		
21	3. <i>Практическая работа:</i> Решение познавательных задач.		
<i>Глобальные проблемы человечества. (6 часов)</i>			
22	1. Глобальные проблемы – понятие. Классификация проблем.		
23	2. Характеристика проблем. Пути решения проблем.		
24	3. <i>Практическая работа:</i> Решения глобальной проблемы (мини-проект)		
25	4. Защита мини-проектов: Проблема глобальных климатических изменений. Сокращение озонового слоя. Кислотные дожди.		
26	5. Защита мини-проектов: Опустынивание. Глобальное снижение биологического многообразия. Ре-сурсный кризис.		
27	6. Защита мини-проектов: Рост населения. Терроризм. Болезни века: чума, оспа, СПИД, холера, ши-зофрения.		
<i>Козволюция и человек. (4 часа)</i>			
28	1. Козволюция - совместная эволюция биологических видов, взаимодействующих в экосистеме.		
29	2. Изменения, затрагивающие какие-либо признаки особей одного вида, приводят к изменениям у другого или других видов.		
30	3. <i>Практическая работа:</i> Доказательства коэволюции (мини-проект)		
31	4. Защита мини-проектов: Доказательства коэволюции		
<u>V. Модуль: Защита мини-проектов «Программа моего здоровья» (3 часа)</u>			
32	1. <i>Практическая работа:</i> Программа моего здоровья (мини-проект)		
33	2. Защита мини-проектов: Программа моего здоровья		
34	3. Защита мини-проектов: Программа моего здоровья		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

1. Абдалина Л.В. Психологические аспекты профессионального самоопределения учащихся. – Воронеж: ВГПУ «Истоки», 2004.
2. Бокерия Л.А. Связующее звено. – Экология и жизнь (№4), 2007.
3. Искра О. Ю. Программа ДОД «Человек и его здоровье». Журнал «Образование в современной школе» (№1), - М.: Северное сияние (при поддержке Мин. Обр. и науки РФ), 2007.
4. Егорова Л.А. Родительские собрания: 9 класс. – М.: ВАКО, 2009.
5. Максимова С.М. Родительские собрания: 11 класс – М.: ВАКО, 2009.
6. Макаров В.В. Основы здорового образа жизни. – М.: Академия, 2001.
7. Матвеева Л.Г. Практическая психология для родителей. – М.: Арт-пресс, 1999.
8. Маркович Д.М. Социальная экология. –М.: Просвещение, 1991.
9. Салыхова Л.И. Настольная книга классного руководителя: личное развитие, учебная деятельность, духовное и физическое здоровье школьника. – М.: Глобус, 2007.