

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа села Татыр-Узяк
муниципального района Хайбуллинский район
Республики Башкортостан

Рассмотрено

Руководитель МО

И. Баймурзин
Протокол № 1 от
«19» 07 2022г.

Согласовано

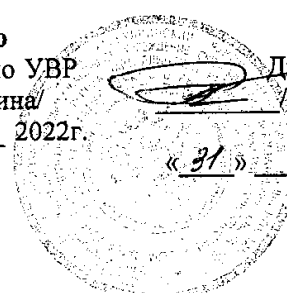
Зам. директора по УВР

И. Баймурзин /М.Р.Байгужина/
«30» 08 2022г.

Утверждено

Директор школы:

И. Баймурзин /Р.М.Баймурзин/
Приказ № 51
«31» 08 2022г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДНЯТЕЛЬНОСТИ
«КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА»
ДЛЯ 8 КЛАССА
Срок реализации – 1 год

Составитель: Баймурзина Гульдар Салаватовна,
учитель биологии
высшей квалификационной категории

с.Татыр-Узяк, 2022 год

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные результаты освоения программы курса внеурочной деятельности:

- ☐ формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- ☐ формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;
- ☐ формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- ☐ формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности
- ☐ формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления;

Метапредметные результаты освоения программы курса внеурочной деятельности:

- ☐ умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- ☐ умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности;
- ☐ умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- ☐ умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения; умение определять понятия, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение и делать выводы;
- ☐ умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы для решения учебных задач;
- ☐ умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; планирования своей деятельности; владение устной и письменной речью;
- ☐ формирование компетентности в области использования информационно- коммуникационных технологий (далее ИКТ– компетенции);

Предметные результаты освоения программы курса внеурочной деятельности:

В познавательной (интеллектуальной) сфере: 4

- выделение существенных признаков биологических объектов (отличительных признаков живых организмов; клеток и организмов растений, грибов и бактерий; соблюдения мер профилактики заболеваний, вызываемых бактериями, вирусами, растениями, грибами;
- классификация — определение принадлежности биологических объектов к определенной систематической группе;
- роли различных организмов в жизни человека; значения биологического разнообразия для сохранения биосферы;
- различение съедобных и ядовитых грибов; опасных для человека заболеваний;
- сравнение биологических объектов и процессов, умение делать выводы и умозаключения на основе сравнения; выявление приспособлений организмов к среде обитания; типов взаимодействия разных видов в экосистеме;
- овладение методами биологической науки: наблюдение и описание биологических объектов и процессов; постановка биологических экспериментов и объяснение их результатов.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА»

1. Введение (1 час)

Ознакомление с основными темами курса, обсуждение возможных проектов по теме курса

Тема 1. Клетки и ткани человеческого организма (3 часа)

Цитология- наука о клетке. Строение клетки. Органоиды. Жизненный цикл клетки. Клетки животных и растений. Гистология – наука о тканях. Виды тканей организма человека. Связь строения и функций клеток и тканей. Возможные лабораторные работы: *Л.р. Строение увеличительных приборов. Л.р. Изучение микропрепаратов различных клеток. Л.р. Сравнение клеток животных, растений. Л.р. Изучение тканей организма человека.*

Тема 2. Особенности строения бактерий и вирусов (6 часов)

Особенности строения бактерий: строение, размножение, систематика. Особенности строения грибов, виды грибов, строение, размножение. Дрожжи. Бактериальные заболевания. Лечение и профилактика. Грибковые заболевания. Личная гигиена. Вирусология – наука о вирусах. Строение и физиология вирусов и бактериофагов. Вирусные заболевания. Вирус СПИДа. Возможные лабораторные работы . *Л.р. Изготовление микропрепаратов мукора или пеницилла. Л.р. Изучение дрожжей.*

Тема 3. Иммуитет человека . Паразиты в нашей жизни(4 часа)

Особенности иммунитета человека, виды, механизм работы, влияние на здоровье человека и причины нарушения. Что такое аллергия, причины ее возникновения. Кто такие паразиты, какие они бывают, в чем секрет их процветания.. Циклы развития наиболее часто встречающихся паразитов. Профилактика гельминтозов. Эктопаразиты – переносчики различных заболеваний. Борьба с паразитами. Основы гигиены

Тема 4 Яд или лекарство (3 часа)

Ядовитые грибы. Определение ядовитых грибов. Последствия отравления, признаки, лечение. Польза грибов, использование грибов в медицине . Лекарственные растения разных систематических групп.. Их значение для здоровья человека. Фитотерапия в жизни человека за и против. Практическая работа: Работа с определителями.

6. Тема 5 Основы медицинской грамотности (8 часов)

Значение первой медицинской помощи. Кровотечения, Их виды. Гомеостаз. Механизм свёртывания крови. Первая помощь при кровотечениях. Переломы. Их основные признаки. Первая медицинская помощь при переломах. Способы искусственного дыхания. Непрямой

массаж сердца. Ожоги и обморожения. Распознавание. Первая помощь. Травматический шок. Инфекционные болезни. Профилактика. Дезинфекция. Основные виды лекарственной терапии. Методы нетрадиционной медицины. Приёмы. Эффективность. *Практическая работа №1 Повязки при кровотечениях. Практическая работа № 2 Повязки при переломах. Практическая работа №3 Лекарства.*

Тема 6. Наследственность и здоровье (5часов)

Наследственная изменчивость генетического материала. Мутации. Причина мутаций. Виды мутаций. Генные. Хромосомные. Геномные. Профилактика наследственных заболеваний.

Тема 7. Физиология и гигиена (4 часа)

Методы исследования физиологических процессов. Опыты с животными. Отличия человека от животных. Методы изучения человеческого организма. Гигиена и методы её исследования. Санитарные нормы и правила. Значение физических упражнений. ЛФК. Гигиена органов дыхания. Гигиена сердечно-сосудистой системы. Гигиена питания. Санация ротовой полости. Гигиена физического и умственного труда. Влияние утомления на умственную работу. Режим дня. Чистота воздуха. Определение запылённости воздуха. Комнатные растения. Фитонцидная активность. Растения пришкольного участка. *Практ. работа №4 Анализ расписания учебных занятий. Практ. работа №5 Выявление, на какие показатели здоровья (аппетит, настроение, самочувствие и др.) влияет нарушение режима дня.*

9. Подведение итогов. Летнее задание (1 часа)

Практ. работа №8 Изучение состояния растений пришкольного участка. Составление Карты-схемы

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№	Тема урока	часы
1.	Введение. Цели задачи курса. Науки, изучающие человека. <i>Л.р. Строение увеличительных приборов.</i>	1
Клетки и ткани человеческого организма (3 часа)		
2.	Цитология- наука о клетке. Строение клетки. Органоиды. Жизненный цикл клетки. Клетки животных и растений. <i>Л.р. Изучение микропрепаратов различ-ных клеток. Л.р. Сравнение клеток животных, растений.</i>	1
3.	Гистология – наука о тканях. Виды тканей организма человека. <i>Л.р. Изучение тканей организма человека.</i>	1
4.	Связь строения и функций клеток и тканей.	1
Особенности строения бактерий и вирусов (6 часов)		
5.	Особенности строения бактерий: строение, размножение, систематика. . <i>Л.р. Изготовление микропрепаратов мукора или пеницилла.</i>	1
6.	Особенности строение грибов, виды грибов, строение, размножение. <i>Дрожжи. Л.р. Изучение дрожжей.</i>	1
7.	Бактериальные заболевания. Лечение и профилактика.	1
	Грибковые заболевания. Личная гигиена.	1
8.	Вирусология – наука о вирусах. Строение и физиология вирусов и бактериофагов.	1
9.	Вирусные заболевания. Вирус СПИДа.	1
Иммунитет человека. Паразиты в нашей жизни (4 часа)		
10	Особенности иммунитета человека, виды, механизм работы, влияние на здоровье человека и причины нарушения.	1
11	Что такое аллергия, причины ее возникновения.	1
	Кто такие паразиты, какие они бывают, в чем секрет их процветания. Циклы развития наиболее часто встречающихся паразитов.	1
12	Профилактика гельминтозов. Эктопаразиты – переносчики различных заболеваний	1
13	Борьба с паразитами. Основы гигиены.	1
Яд или лекарство (3 часа)		
	Ядовитые грибы. Определение ядовитых грибов. Последствия отравления, признаки, лечение.	1

	Польза грибов, использование грибов в медицине.	1
	Лекарственные растения разных систематических групп. Их значение для здоровья человека. Фитотерапия в жизни человека за и против.	1
	Основы медицинской грамотности (8 часов)	
	Значение первой медицинской помощи.	1
	Кровотечения, их виды. Гомеостаз. Механизм свёртывания крови. Первая помощь при кровотечениях. <i>Практическая работа №1 Повязки при кровотечениях</i>	1
	Переломы. Их основные признаки. Первая медицинская помощь при переломах. <i>Практическая работа № 2 Повязки при переломах.</i>	1
	Способы искусственного дыхания. Непрямой массаж сердца.	1
	Ожоги и обморожения. Распознавание. Первая помощь. Травматический шок.	1
	Инфекционные болезни. Профилактика. Дезинфекция.	1
	Основные виды лекарственной терапии. <i>Практическая работа №3 Лекарства.</i>	1
	Методы нетрадиционной медицины. Приёмы. Эффективность.	1
	Наследственность и здоровье (5 часов)	
	Наследственная изменчивость генетического материала.	2
	Мутации. Причина мутаций. Виды мутаций. Генные. Хромосомные. Геномные.	2
	Профилактика наследственных заболеваний.	1
	Физиология и гигиена (4 часа)	
	Методы исследования физиологических процессов. Опыты с животными.	1
	Отличия человека от животных. Методы изучения человеческого организма	1
	Гигиена и методы её исследования. Санитарные нормы и правила. Гигиена органов дыхания. Гигиена сердечно-сосудистой системы. Гигиена питания. Гигиена физического и умственного труда	1
	Влияние утомления на умственную работу. Режим дня. Чистота воздуха. Определение запылённости воздуха. Комнатные растения. Фитонцидная активность. <i>Практ. работа №4 Анализ расписания учебных занятий. Практ. работа №5 Выявление, на какие показатели здоровья (аппетит, настроение, самочувствие и др.) влияет нарушение режима дня.</i>	1
	Подведение итогов(1 час)	
	Летнее задание. <i>Практ. работа №8 Изучение состояния растений пришкольного участка. Составление Карты-схемы</i>	1