

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Республики Башкортостан**

**Администрация Аскинского района**

**МБОУ ООШ д Новые Казанчи МР Аскинский район РБ**

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО



Нигматуллина Ф.Г.

Протокол №1

от «28» 08 2025 г.

СОГЛАСОВАНО

Завуч по УВР



Шамсутдинова Р.М

«28» 08 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Шакирова Э.В.

Приказ № 60

от «2» 09 2025 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**«Познавательная биология» для 9 класса**

**с использованием оборудования центра «Точка роста»**

Новые Казанчи-2025

### **Пояснительная записка.**

*Рабочая программа составлена на основании следующих документов:*

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

На сегодняшний день очевидны проблемы здоровья граждан России. Именно общество в лице образовательных учреждений формирует систему приоритетов и ценностей, определенный стиль жизни, так называемые социально одобряемые нормы поведения. Поэтому если учащийся не очень понимает необходимость сохранения своего здоровья, то задача образовательного учреждения состоит в разъяснении того, что ты сам в состоянии ответить за свое будущее и твоя успешность напрямую зависит от состояния твоего здоровья. Необходимо найти новые формы пропаганды и внедрения ценностей здорового образа жизни, культуры здоровья, выработать новую систему социально-культурных ценностей, в которой здоровье будет одним из основных личностных приоритетов.

Также предлагаемый курс внеурочной деятельности может поддержать и углубить знания по биологии (анатомии человека), валеологии. Он поможет проверить целесообразность выбора профиля дальнейшего обучения и будущей профессии выпускника. Курс проводится в виде лекционно-практических-исследовательских занятий с оформлением содержания занятия в рабочих тетрадях.

В течение всего курса внеурочной деятельности учащиеся работают с дополнительной литературой, оформляют полученные сведения в виде реферативных работ, проектов и т.д. В конце курса проводится конференция, где школьники выступают с докладами по заинтересовавшей их проблеме.

Для профориентации на такие конференции могут приглашаться медицинские работники.

Предусмотрено ознакомление с приёмами оказания доврачебной помощи, повышающие понимание важности выполняемого дела.

Программа имеет прикладное значение – профориентации. Ребята также могут посещать курс с целью получения элементарных знаний об основных вопросах медицины, физиологии и гигиены, о способах сохранения и укрепления здоровья, особенностях влияния вредных привычек и окружающей среды на здоровье человека, навыков оказания первой помощи.

Результатом изучения курса: "За страницами учебника биологии" является урок-зачет с элементами практических заданий, где проверяется не только теоретическое знание вопросов, но и практические навыки, полученные на занятиях курса. Или итоги изучения элективного курса можно обсудить на семинарском занятии, либо защитить проект или исследовательскую работу по какой-либо тематике.

**Цель:** Формирование у обучающихся бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей, развитие культуры здорового образа жизни и расширение кругозора в области медицины.

**Практические задачи** данной программы:

- обеспечение необходимых условий для личностного развития, повышение мотивации для укрепления своего здоровья;
- адаптация их к жизни в обществе;
- формирование общей культуры, в том числе культуры здорового образа жизни;

**Учебно-воспитательные задачи** следующие:

- сознание и апробация здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- развитие у учащихся причинно-следственных и межпредметных связей в ходе реализации программы;
- формирование у учащихся осознанного выбора здорового образа жизни.
- повышение мотивации к изучению предмета «Анатомия человека»

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

В программу введен не только 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.

### **Ожидаемые результаты:**

1. Снижение уровня заболеваемости обучающихся.
2. Формирование культуры здорового образа жизни.
3. Осознанный выбор детьми здорового образа жизни.

### **Проверка ожидаемых результатов:**

1. Конкурс для обучающихся на составление собственной программы здоровья.
2. Диагностика в виде тестов, анкет, опросников у данной категории подростков для выявления отношения их к алкоголю и других вредных привычек.
3. Защита мини – проектов «Программа моего здоровья».
4. Оказание первой доврачебной помощи.

**Программа способствует формированию у школьников следующих видов универсальных учебных действий.**

### **Личностные УУД:**

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

#### **Регулятивные УУД:**

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя.
- Высказывать свои версии на основе работы с иллюстрацией, работать по предложенному учителем плану.
- Составлять конспект и план ответа по определенной тематике.

#### **Познавательные УУД:**

- Делать предварительный отбор источников информации:
- Добывать новые знания, находить ответы на вопросы, используя различные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Составлять ответы на основе простейших моделей (рисунков, схем, таблиц.)

#### **Коммуникативные УУД:**

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и работать в группе в паре.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

### **Метапредметные:**

- проводить простейшие наблюдения, измерения, опыты;
- ставить учебную задачу под руководством учителя;
- систематизировать и обобщать разные виды информации;
- составлять план выполнения учебной задачи;
- осуществлять самоконтроль и коррекцию деятельности;
- организовывать учебное сотрудничество с одноклассниками в ходе учебной деятельности;
- работать с различными источниками информации.
- устанавливать взаимосвязи здоровья и образа жизни; воздействие природных и социальных факторов на организм человека; влияние факторов окружающей среды на функционирование и развитие систем органов;
- систематизировать основные условия сохранения здоровья; факторы, укрепляющие здоровье в процессе развития человеческого организма;

**Виды деятельности:** организационно – деятельностные игры, викторины, выпуск буклетов, защита проектов, беседы, исследования, лекции.

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

### **Планируемые результаты**

Школьники приобретут знания об основных вопросах медицины, физиологии и гигиены, особенностях влияния вредных привычек на здоровье, особенностях воздействия двигательной активности на организм человека, основах рационального питания, о “полезных” и “вредных” продуктах, о значении режима питания, способах сохранения и укрепления здоровья. Осуществляет поиск и выделяет конкретную информацию с помощью учителя. Использует средства профилактики ОРЗ, ОРВИ и др. болезней. Определяет благоприятные факторы, воздействующие на здоровье. Заботится о своем здоровье. Использует навыки элементарной исследовательской деятельности в своей

работе. Оказывает первую медицинскую помощь. Задаёт вопросы, для организации собственной деятельности. Знаёт основные (самые распространённые) болезни систем органов, клинику и профилактику болезней человека, источники инфекции, профилактические прививки.

### Поурочное планирование программы “Познавательная биология”

| Тема.<br>Кол-во часов.       | № занятия | Дата проведения | Занятия по данной теме                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Практические и лабораторные работы экскурсии, видеофильмы, проекты.                                                                                                                                                                |
|------------------------------|-----------|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Введение                     | 1         | 8.09            | Занятие № 1. Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст. . Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека.                                                                                                                            | Просмотр видеофильма «Ключи от долголетия»                                                                                                                                                                                         |
| Окружающая среда и здоровье. | 2-3       | 15.09-22.09     | Занятие № 2. Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления.<br>Как влияют перепады температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури.<br>Занятие № 3. Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений.<br>. Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению. | Практикум № 1. Составление рекомендаций метеозависимым людям.<br>Практикум № 2. Составление рекомендаций людям, подверженных влиянию магнитных бурь.<br>Лабораторная работа №1. Какие заболевания провоцирует загрязнение воздуха. |
| Экстремальные факторы.       | 4         | 29.09           | Занятие № 4. Влияние перегрузок и невесомости на организм человек. Электрические и магнитные поля и их влияние на человека.<br>Радиация. Рентгеновское излучение.                                                                                                                                                                                                                 | Просмотр видеофильма «Человек в космосе»<br><br>Просмотр видеофильма «Чем опасна радиация».                                                                                                                                        |
| .Режим дня.                  | 5         | 6.10            | Занятие № 5. Режим дня. Биологические ритмы.. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна.                                                                                                                                                                                                                                                         | Практикум № 3. Разработка собственного режима дня с учетом школьных занятий и подготовки Д/З.                                                                                                                                      |

|                                                    |          |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------|----------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| .Вредные привычки                                  | 6        | 20.10       | Занятие № 6.Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение.<br>Электронные сигареты - вредно или нет.<br>Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.                                                                                  | Просмотр видеофильма «Вредные привычки как разрушители здоровья»                                                                                                |
| Влияние физкультуры и спорта на организм человека. | 7        | 10.11       | Занятие № 7 Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.<br>Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы.<br>Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.                                 |                                                                                                                                                                 |
| Питание и здоровье                                 | 8-9      | 17.11-24.11 | Занятие № 8. Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.<br>Химический состав пищи. Калорийность.<br>Занятие № 9.Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.                                                                                                                           | Практикум № 4. Составление индивидуального рациона питания.<br>Практикум № 5. Изучение этикеток продуктов питания.<br>Практикум № 6. Расчет калорийности обеда. |
| Влияние физкультуры и спорта на организм человека  | 10-11-12 | 1.12-8.12   | Занятие № 10.Значение физической активности в современном обществе.<br>. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.<br>Занятие № 11. Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы.<br>Занятие №12 Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови. | Практикум № 7. Измерение жизненного объема легких у тренированного и нетренированного человека.                                                                 |
| Диагностические процедуры больных                  | 13       | 15.12       | Занятие № 13. Лечебные и диагностические процедуры<br>. Клинические анализы и их расшифровка.                                                                                                                                                                                                                                 | Экскурсия в ЦРБ.<br>Клиническая лаборатория.<br>Пригласить фельдшера.                                                                                           |
| Бактерии, вирусы и человек                         | 14-15-16 | 22.12-29.12 | Занятие №14. Общие сведения об инфекциях.<br>Источники заражения и пути их передачи.<br>Сроки инкубационного периода некоторых И.Б.                                                                                                                                                                                           | Практикум № 8. Выращивание бактерии- картофельной палочки.                                                                                                      |



|                                                |          |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------|----------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                |          |           | <p>Сроки изоляции больных и средства защиты (пути) лиц, обращающихся с ними.</p> <p>Занятие №15 Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика.</p> <p>Занятие №16. Антибиотики, их влияние на организм человека. Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа - клиника, лечение и профилактика.</p> |                                                                                                                                                                                                          |
| Уход за больными                               | 17       | 12.01     | <p>Занятие № 17 Уход за больными пожилого возраста и лежачими больными.</p> <p>Уход за инфекционными больными.</p> <p>Уход за новорожденными детьми.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                 | Экскурсия в ЦРБ.                                                                                                                                                                                         |
| Прививки и вакцины.                            | 18       | 19.01     | <p>Занятие № 18. Активная и пассивная иммунизация.</p> <p>Профилактические прививки.</p> <p>Виды вакцинации. Как изготавливают вакцины.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                              | Просмотр видеофильма «Вакцина»                                                                                                                                                                           |
| Заболевания опорно-двигательной системы.       | 19       | 26.01     | <p>Занятие № 19. Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарат. Клиника и признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия.</p> <p>Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи.</p>                                                                                                                                                                                | <p>Практикум №9 «Диагностика плоскостопия и сколиоза».</p> <p>Практикум №10 «Разработка мер по профилактике сколиоза в школе и дома»</p> <p>Практикум №11. «Наложение шины при переломах»</p>            |
| Основные болезни сердечно -сосудистой системы. | 20-21-22 | 2.02-9.02 | <p>Занятие № 20. Возрастные изменения в сердечно -сосудистой системе, Изменение кровообращения.</p> <p>Занятие № 21. Клиника и признаки заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, атеросклероза.</p> <p>Занятие № 22. Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии.</p> <p>. Кровотечения, оказание первой помощи.</p>                                                                | <p>Практикум №12. Измерение артериального давления.</p> <p>Практикум №13. Наложение стерильных повязок на голову, грудь, живот, конечности.</p> <p>Практикум №14. Наложение жгута при кровотечениях.</p> |

|                                               |       |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                    |
|-----------------------------------------------|-------|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Дыхательная система                           | 23    | 16.02       | Занятие № 23 Возрастные изменения дыхательной системы. Причины возникновения и признаки заболеваний.<br>. Клиника и признаки заболевания ринита, ОРЗ, гайморита, горной болезни.<br>. Клиника и признаки заболевания бронхиальной астмой, пневмонией, раком легких, туберкулезом. | Практикум №15. «Измерение ЖОЛ»<br><br>Практикум №16 «Оказание первой помощи при остановке дыхания» |
| Заболевания пищеварительной системы.          | 24    | 2.03        | Занятие № 24. Клиника и профилактика болезней желудочно-кишечного тракта: гастрита, язвы желудка, дисбактериоза, панкреатита, холецистита.<br>Симптомы и лечение аппендицита, цирроза печени.<br>Неправильное пищевое поведение – анорексия.                                      | Просмотр видеофильма «Живая еда»                                                                   |
| Лечебное питание больных                      | 25-26 | 16.03-23.03 | Занятие № 25. При язвенных болезнях<br>При болезни печени, ожирении.<br>При гастритах, хирургических больных<br>При детских болезнях.<br>Питание беременных. Аллергических болезнях.<br>Занятие №26 Совместимость и калорийность продуктов питания.                               | Практикум № 17. Составление диет<br>Расчет калорий в сутки.                                        |
| Заболевания зубов и гигиена полости рта       | 27    | 6.04        | Занятие № 27. Признаки и симптомы кариеса и пульпита, уход за полостью рта.<br>Зубные инфекции с воспалительным процессом: абсцесс и флегмона.                                                                                                                                    | Просмотр видеофильма «Здоровые зубы- здоровый организм».                                           |
| . Заболевания выделительной системы.          | 28    | 13.04       | Занятие № 28. Симптомы и причины развития цистита и почечнокаменной болезни.                                                                                                                                                                                                      | Просмотр видеофильма «Искусственная почка»                                                         |
| Распространенные заболевания нервной системы. | 29    | 20.04       | Занятие № 29 Возрастные изменения нервной системы. Симптомы и клиника течения амнезии, мигрени, рака головного мозга, комы.<br>. Признаки эпилепсии, менингита, стресса и депрессии.                                                                                              |                                                                                                    |

|                                                                   |    |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------|----|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                   |    |       | Заболевания, связанные с задержкой психологического развития у детей: ЗПР и олигофрения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                           |
| Уход и профилактика болезней кожи.                                | 30 | 27.04 | <p>Занятие № 30. Причины, профилактика и симптомы дерматита, герпеса, меланомы, псориаза, грибковых заболеваний.</p> <p>Как избавиться от веснушек, бородавок и угрей. Какие проблемы кожи можно решить с помощью масок?</p> <p>Различные виды масок.</p> <p>Обморожения и ожоги их классификация.</p> <p>. Уход за кожей. Способствует ли солярий развитию рака кожи.</p> <p>Какой должна быть подростковая косметика. Уход за ногтями и волосами.</p> | <p>Просмотр видеофильма (советы врача) «Подростковые угри»</p> <p>Практикум №18. Оказание первой помощи при ожогах и обморожениях.</p> <p>Практикум №19. Определение типа кожи и подбор крема по уходу за кожей лица.</p> |
| Болезни зрительного анализатора.<br>Болезни слухового анализатора | 31 | 4.05  | <p>Занятие №31. Возрастные изменения органов зрения. Особенности развития болезни: катаракта, глаукома, отслоение сетчатки.</p> <p>.Причины, профилактика и симптомы близорукости, дальнозоркости, конъюнктивита. Возрастные изменения органов слуха.</p> <p>Причины, профилактика и симптомы синусита, отита. серной пробки, тугоухости.</p>                                                                                                           | Практикум №20. Определение остроты зрения по таблице. Зарядка для глаз.                                                                                                                                                   |
| Наследственные болезни.                                           | 32 | 18.05 | <p>Занятие №32</p> <p>Причины возникновения и симптомы гемофилии, дальтонизма, синдрома Дауна</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Исследовательская работа: «Проблемы современной иммунологии, аллергии и генетики».                                                                                                                                        |
| Иммуномодуляторы                                                  | 33 | 25.05 | <p>Занятие №.33 Современные иммуномодуляторы, можно ли применять без рецепта врача?</p> <p>Проблемы современной иммунологии, аллергии и генетики.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                           |
| Народная медицина                                                 | 34 | 25.05 | <p>Занятие №34.</p> <p>Народная медицина сегодня. Лечебные травы и их влияние на организм человека.</p> <p>Можно ли лечить болезни с помощью массажа, показания для массажа.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                        | Исследовательская работа: «Изучение лечебных свойств некоторых растений и их влияние на организм человека».                                                                                                               |

|                                                           |    |       |             |  |
|-----------------------------------------------------------|----|-------|-------------|--|
| Итоговое занятие<br>профориентационной<br>направленности. | 35 | 25.05 | Занятие №35 |  |
|-----------------------------------------------------------|----|-------|-------------|--|

### **Литература: (для учителя)**

1. Росляков Г.Е. “Враги нашего здоровья”. М.: Знание, 1992. – 98с. – (Нар. Унт – т. Факт. Здоровья. № 7).
2. Чуднов В.И. “Берегите тишину”. М., “Медицина”, 1978.
3. Энциклопедия народная медицина. Общие болезни. Т. 1. 2. Раздел 1 “Как вырастить ребенка здоровым?”. – М.:АНС, 1993 – 384 с.
4. Энциклопедия народная медицина. Т.1. “Авитаминозы – простуда”. – М.: АНС, 1992 – 400с.
5. Ресурсы Интернета.
6. Электронные и энциклопедические справочники.
7. Основы медицинских знаний. Е.Е. Тен. Москва. Издательство «Мастерство» 2002 год.
8. Основы медицинских знаний. Семейная академия. Р.В. Овчарова. Вопросы и ответы. Москва. «Просвещение». Учебная литература.1996 год
9. Основы медицинских знаний учащихся. Пробный учебник для средних учебных заведений, под редакцией М.И. Гоголева. Москва. «Просвещение» 1991год.

### **Литература: (для детей)**

1. Соколов Ю.Е. “Книга знаний для детей”. – М.: ООО “Издательство Астрель”, 2001 – 320с.
2. Жербин Е.А. “Река жизни”. – М.; Знание, 1990 – 224с. –
3. Энциклопедия для детей. Том 18. Человек 4.2. “Архитектура души”. М.; Аванта +, 2002. – 640с.
4. Детская энциклопедия. Т. 18. Человек. «Аванта +» Москва, 2002 год.