

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НАУКИ РЕСПУБЛИКИ
БАШКОРТОСТАН
АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
КАРМАСКАЛИНСКИЙ РАЙОН
МОБУ СОШ д. Нижний Тюкунь

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

 Хасанова Г.И.
Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

зам по УВР

 Р.Р. Намазгулова
Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор школы


Э.Т. Утякова
Приказ №158 от «31»
августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По внеурочной деятельности

«Юный биолог»

для обучающихся 8 класса.

Составила учитель:
Галияхметова Гульназ Шакирьяновна

д.Нижний Тюкунь 2023

Планируемые результаты.

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.

Предметные:

Обучающийся научится:

-аргументировать 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. Заботиться о своем здоровье.

Обучающийся получит возможность научиться:

использовать навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе. Оказывает первую медицинскую помощь.

задать вопросы, для организации собственной деятельности

знать основные (самые распространённые) болезни систем органов, клинику и профилактику болезней человека, источники инфекции, профилактические прививки.

Содержание.

Введение.

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.

.Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления. Как влияют перепады температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури. Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений. Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению Экстремальные факторы.

.Влияние перегрузок и невесомости на организм человека. Электрические и магнитные поля и их влияние на человека. Радиация. Рентгеновское излучение.

Режим дня.

Режим дня. Биологические ритмы. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна. Пр.р. № 1. Разработка собственного режима дня с учетом школьных занятий и подготовки.

Вредные привычки

Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение. Электронные сигареты - вредно или нет. Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.

Влияние физкультуры и спорта на организм человека.

Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы. Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.

Питание и здоровье.

Понятие о правильном питании и режиме приема пищи. Химический состав пищи. Калорийность. Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ. Пр.р. № 2.

Составление индивидуального рациона питания. Пр.р. № 3. Изучение этикеток продуктов питания. Пр.р. № 4. Расчет калорийности обеда.

Влияние физкультуры и спорта на организм человека

Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы. Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.

Диагностические процедуры больных.

Лечебные и диагностические процедуры. Клинические анализы и их расшифровка.

Бактерии, вирусы и человек.

Общие сведения об инфекциях. Источники заражения и пути их передачи. Сроки инкубационного периода некоторых И.Б. Сроки изоляции больных и средства защиты (пути) лиц, обращающихся с ними. Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика. Антибиотики, их влияние на организм человека. Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа – клиника, лечение и профилактика.

Уход за больными.

Уход за больными пожилого возраста и лежачими больными. Уход за инфекционными больными.

Уход за новорожденными детьми.

Прививки и вакцины.

Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки. Виды вакцинации. Как изготавливают вакцины.

Заболевания опорно-двигательной системы.

Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Клиника и признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия. Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи. Пр.р. №5 «Диагностика плоскостопия и сколиоза». Практикум №10 «Разработка мер по профилактике сколиоза в школе и дома». Пр.р.№6. «Наложение шины при переломах»

Основные болезни сердечно - сосудистой системы.

Возрастные изменения в сердечно - сосудистой системе, Изменение кровообращения. Клиника и признаки заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, атеросклероза. Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии. Кровотечения, оказание первой помощи. Пр.р. №7. Измерение артериального давления. Пр.р. №8. Наложение стерильных повязок на голову, грудь, живот, конечности. Пр.р. №9.. Наложение жгута при кровотечениях.

Дыхательная система

Возрастные изменения дыхательной системы. Причины возникновения и признаки заболеваний. Клиника и признаки заболевания ринита, ОРЗ, гайморита, горной болезни. Клиника и признаки заболевания бронхиальной астмой, пневмонией, раком легких, туберкулезом.

Заболевания пищеварительной системы.

Клиника и профилактика болезней желудочно-кишечного тракта: гастрита, язвы желудка, дисбактериоза, панкреатита, холецистита. Симптомы и лечение аппендицита, цирроза печени.

Неправильное пищевое поведение – анорексия.

Лечебное питание больных

При язвенных болезнях. При болезни печени, ожирении. При гастритах, хирургических больных.

При детских болезнях. Питание беременных. Аллергических болезнях. Совместимость и калорийность продуктов питания.

Заболевания зубов и гигиена полости рта

Признаки и симптомы кариеса и пульпита, уход за полостью рта. Зубные инфекции с воспалительным процессом: абсцесс и флегмона.

Заболевания выделительной системы.

Симптомы и причины развития цистита и почечнокаменной болезни.

Распространенные заболевания нервной системы.

Возрастные изменения нервной системы. Симптомы и клиника течения амнезии, мигрени, рака головного мозга, комы. Признаки эпилепсии, менингита, стресса и депрессии. Заболевания, связанные с задержкой психологического развития у детей: ЗПР и олигофрения

Уход и профилактика болезней кожи.

Причины, профилактика и симптомы дерматита, герпеса, меланомы, псориаза, грибковых заболеваний. Как избавиться от веснушек, бородавок и угрей. Какие проблемы кожи можно решить с помощью масок? Различные виды масок. Обморожения и ожоги их классификация. Оказание первой помощи при ожогах и обморожениях. Уход за кожей.

Болезни зрительного анализатора.

Возрастные изменения органов зрения. Особенности развития болезни: катаракта, глаукома, отслоение сетчатки. Причины, профилактика и симптомы близорукости, дальнозоркости, конъюнктивита. Зарядка для глаз.

Болезни слухового анализатора.

Возрастные изменения органов слуха. Причины, профилактика и симптомы синусита, отита. серной пробки, тугоухости.

Наследственные болезни

Причины возникновения и симптомы гемофилии, дальтонизма, синдрома Дауна.

Иммуномодуляторы

Проблемы современной иммунологии, аллергии и генетики.

Исследовательская работа: «Проблемы современной иммунологии, аллергии и генетики».

Народная медицина.

Народная медицина сегодня. Лечебные травы и их влияние на организм человека. Можно ли лечить болезни с помощью массажа, показания для массажа.

Исследовательская работа: «Изучение лечебных свойств некоторых растений и их влияние на организм человека».

Итоговое занятие профориентационной направленности.

Этика и деонтология в медицине.

Содержание курса с указанием форм организации и видов деятельности.

№	№ по разд елу	Наименование разделов и тем	Формы организац ии	Виды деятельности
Введение(2ч)				
1	1	Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей.	Беседа	Фронтальная и индивидуальная работа
2	2	Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека.	Просмотр видеофильма «Ключи от долголетия»	Обсуждение в группах
Окружающая среда и здоровье(2ч)				
3	1	Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений.	беседа	Выступление с докладами
4	2	Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению.	презентация	Обсуждение в группах
		Экстремальные факторы(1ч)		
5	1	Радиация. Рентгеновское излучение.	Просмотр видеофильма «Человек в космосе»	Составление памятки

Режим дня(2ч)				
6	1	Режим дня. Биологические ритмы.		Индивид.работа
7	2	Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна. Пр.Р.№1.Разработка собственного режима дня с учетом школьных занятий и подготовки.	Прак.рабо та	Составление режима дня
Вредные привычки(2ч)				
8	1	Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение. Электронные сигареты - вредно или нет.	беседа	Выступление с докладами
9	2	Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.	Просмотр видеофильма «Вредные привычки как разрушители здоровья»	Обсуждение в группах
Влияние физкультуры и спорта на организм человека(2ч)				
10	1	Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.	презентация	Обсуждение в группах
11	2	Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы.Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.	видеоурок	Составление плана
Питание и здоровье(3ч)				
12	1	Понятие о правильном питании и режиме приема пищи. Пр.р. № 2. Составление индивидуального рациона питания.	Прак.р.	Составление индивидуального рациона питания.
13	2	Химический состав пищи. Калорийность. Пр.р. № 3. Изучение этикеток продуктов питания.	Прак.р.	Изучение этикеток продуктов питания.
14	3	Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ. Пр.р. № 4. Расчет калорийности обеда.	Прак.р.	Расчет калорийности обеда.
Влияние физкультуры и спорта на организм человека(1ч)				
15	1	Значение физической активности в современном обществе.	беседа	Составление буклетов
		Диагностические процедуры больных (2ч)		
16	1	Лечебные и диагностические процедуры	презентация	Участие в беседе
17	2	Клинические анализы и их расшифровка. Клиническая лаборатория.	презентация	Составление буклетов
		Бактерии, вирусы и человек.(2ч)		

18	1	Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика Антибиотики, их влияние на организм человека.	видеоуро к	Обсуждение в группах
19	2	Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа - клиника, лечение и профилактика.	семинар	Выступление с докладом
Уход за больными(1ч)				
20	1	Уход за больными пожилого возраста и лежачими больными.	беседа	Участие в беседе
Прививки и вакцины(1ч)				
21	1	Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки.	беседа	Участие в беседе
Заболевания опорно-двигательной системы(1ч)				
22	1	Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Пр.р.5 «Диагностика плоскостопия и сколиоза». Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи. Пр.р.№6. «Наложение шины при переломах»	Прак.р.	Наложение шины при переломах
Основные болезни сердечно - сосудистой системы(2ч)				
23	1	Возрастные изменения в сердечно - сосудистой системе, Изменение кровообращения. Пр.р. №7. Измерение артериального давления.	Прак.р.	Измерение артериального давления.
24	2	Кровотечения, оказание первой помощи. Пр.р. №8..Наложение стерильных повязок на голову, грудь, живот, конечности. Пр.р. №9.. Наложение жгута при кровотечениях.	Прак.р.	Наложение жгута при кровотечениях
Дыхательная система (1ч)				
25	1	Возрастные изменения дыхательной системы. Причины возникновения и признаки заболеваний.	беседа	Участие в беседе
Заболевания пищеварительной системы(1ч)				
26	1	Клиника и профилактика болезней желудочно-кишечного тракта: гастрита, язвы желудка, дисбактериоза, панкреатита, холецистита.	презентац ия	Выступление с докладом
Заболевания зубов и гигиена полости рта (1ч)				
27	1	Признаки и симптомы кариеса и пульпита, уход за полостью рта.	беседа	Составление памятки
Заболевания выделительной системы(1ч)				
28	1	Симптомы и причины развития цистита и почечнокаменной болезни.	Просмотр видеофильма «Искусственная почка»	обсуждение

Распространенные заболевания нервной системы (1ч)				
29	1	Возрастные изменения нервной системы. Симптомы и клиника течения амнезии, мигрени, рака головного мозга, комы.	беседа	Выступление с сообщениями
Уход и профилактика болезней кожи(1ч)				
30	1	Причины, профилактика и симптомы дерматита, герпеса, меланомы, псориаза, грибковых заболеваний.	беседа	Участие в беседе
Болезни зрительного анализатора(1ч)				
31	1	Возрастные изменения органов зрения. Особенности развития болезни: катаракта, глаукома, отслоение сетчатки.	беседа	Участие в беседе
Болезни слухового анализатора (1ч)				
32	1	Возрастные изменения органов слуха. Причины, профилактика и симптомы синусита, отита. серной пробки, тугоухости.	презентация	Составление плана
		Наследственные болезни(1ч)		
33	1	Причины возникновения и симптомы гемофилии, дальтонизма, синдрома Дауна.	презентация	обсуждение
		Народная медицина (1ч)		
34	1	Народная медицина сегодня. Лечебные травы и их влияние на организм человека.	викторина	Исследовательская работа: «Изучение лечебных свойств некоторых растений и их влияние на организм человека».

Тематическое планирование.

№ пп	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	примечание
	Введение.	2	
	Окружающая среда и здоровье.	2	
	Экстремальные факторы.	1	
	Режим дня.	2	
	Вредные привычки	2	
	Влияние физкультуры и спорта на организм человека.	2	
	Питание и здоровье.	3	
	Влияние физкультуры и спорта на организм человека	1	
	Диагностические процедуры больных	2	
	Бактерии, вирусы и человек.	2	
	Уход за больными.	1	
	Прививки и вакцины.	1	

	Заболевания опорно-двигательной системы.	1	
	Основные болезни сердечно - сосудистой системы.	2	
	Дыхательная система	1	
	Заболевания пищеварительной системы.	1	
	Заболевания зубов и гигиена полости рта	1	
	Заболевания выделительной системы.	1	
	Распространенные заболевания нервной системы	1	
	Уход и профилактика болезней кожи.	1	
	Болезни зрительного анализатора.	1	
	Болезни слухового анализатора.	1	
	Наследственные болезни.	1	
	Народная медицина	1	