

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЯЛТИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА-КОЛЛЕГИУМ № 1»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ ЯЛТА
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЧЕЛОВЕК И ЗДОРОВЬЕ»**

на 2023 – 2024 учебный год

г. Ялта, 2023 год

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора по УВР

/_____/Самохлеб М.А./

МБОУ «ЯСШК № 1»

_____2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ЯСШК № 1»

/_____/Мажугина В.В./

Приказ от 31.08.2023 г.

№ 469

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЧЕЛОВЕК И ЗДОРОВЬЕ»**

на 2023 – 2024 учебный год

Срок реализации программы – 1 год

Возраст обучающихся – 11-16 лет

Составитель:

Ятьяева Т.С., педагог дополнительного образования

г. Ялта, 2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	6 стр.
2. Учебный план	9 стр.
3. Календарный учебный график	11 стр.
4. Содержание программы	11 стр.
5. Оценочные материалы	12 стр.
6. Методические материалы	13 стр.
7. Список литературы	14 стр.
8. Приложения	15 стр.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Человек и здоровье» разработана в соответствии с законодательными, нормативными и правовыми документами федерального и регионального уровней, ориентирована на целевые приоритеты воспитания (уровень основного общего образования) рабочей программы воспитания образовательной организации.

Федеральные документы:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (в действующей редакции);

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;

Региональные документы:

- Закон Республики Крым № 131-ЗРК/2015 от 06.07.2015 «Об образовании в Республике Крым» (в действующей редакции).

Локальные документы:

- Устав МБОУ «ЯСШК № 1»

- Основная образовательная программа дополнительного образования МБОУ «ЯСШК № 1», принята педагогическим советом, протокол от 30.08.2022 г. № 12, утверждена пр. 360 от 31.08.2022 г.);

- Положение об организации дополнительного образования (пр. от 31.08.2021 г. № 280).

Данная программа «Человек и здоровье» разработана на основе следующих изданий:

• Рабочая программа по биологии Н.И. Сониной; В.Б. Захарова; В.В. Пасечника; И.Н. Понаморева.

• Практикума «Психофизиологические основы здоровья» издательства Тывинского государственного университета.

• Элективного курса «Здоровье человека и окружающая среда» С.Е. Мансурова; О.А. Шклярова.

• Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья/А.Г.Макеева. – М.: Просвещение, 2013.

Программа «Человек и здоровье» имеет естественнонаучную направленность.

Актуальность программы: здоровый образ жизни определяется следующими существенными признаками: духовное оздоровление, психологическое оздоровление, физическое оздоровление. Вести здоровый образ жизни – это значит самосовершенствоваться духовно, психически и физически, улучшать социально-экономические условия жизни.

Поэтому, необходимо своевременно готовить специалистов, для участия в поиске решения встающих перед человечеством проблем, привлекая внимание школьников к проблемам здоровья человека и их профилактике.

Новизна: рабочей программы заключается в том, что она отражает сведения о том, что экологические проблемы, стремительный ритм жизни, нерациональное питание оказывает пагубное влияние на состояние здоровья человека. Важное место отведено вопросам сохранения и укрепления здоровья человека, профилактике заболеваний, безопасного поведения в окружающей среде.

Педагогическая целесообразность образовательной программы «Человек и его здоровье» определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение к здоровому образу жизни, применение полученных знаний, умений и навыков в повседневной деятельности, улучшение своего здоровья.

Благодаря эколого-биологическому образованию и воспитанию у обучающихся формируется представление о влиянии окружающей среды на здоровье человека, стремление к здоровому образу жизни и понимание активной роли человека к природе – в этом и заключается педагогическая целесообразность разработанной образовательной программы.

Цель программы: формирование у учащихся правильного отношения к здоровому образу жизни и своему здоровью.

Задачи:

Обучающие:

- информировать учащихся о факторах, влияющих на здоровье человека, о реакции организма человека на действие этих факторов и способах поддержания здоровья;
- углубить и расширить знания учащихся о причинах нарушения здоровья;
- ознакомить учащихся с факторами, сохраняющими здоровье, закрепление санитарно-гигиенических норм и правил направленные на укрепление своего здоровья, формирование умений применять эти правила в своей жизни и передавать накопленные знания другим.

Развивающие:

- воспитание навыков здорового образа жизни и формирование ценностного отношения к своему здоровью.

Воспитательные:

- воспитывать дисциплинированность, чувство долга, коллективизма, организованности;
- увеличить период двигательной активности в учебном процессе, развить потребность двигательной активности как основы здорового образа жизни.

Отличительные особенности: заключается в том, что особое внимание уделяется познавательной активности учащихся, самостоятельной учебной работе, защите проектов. На практических занятиях обучающиеся самостоятельно анализируют состояние своего организма.

Данная программа качественно отличается от обязательного содержания программы, так как предполагает раскрытие таких тем, которые позволяют научить детей основам правильного питания, отказаться от вредных привычек, развивать умения, использовать теоретические знания в жизни. Через курс у учащихся происходит формирование активного отношения к укреплению своего здоровья.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы: 11-16 лет.

Сроки реализации образовательной программы 1 год.

Формы занятий: разнообразны: беседа, дискуссия, занятия-исследования, эксперимент и др.

Материал распределяется по темам в соответствии с изученными в курсе анатомии системами органов. После изучения основных разделов и тем предусматривается проектная деятельность учащихся. Кроме того, для формирования навыков и умений практически использовать полученные знания предлагаются лабораторные и практические работы. Выбор лабораторных и практических занятий основан на важности получаемой информации для учащихся как участников учебно-воспитательного процесса, так и для членов своей семьи. Таким образом, отрабатываются в большей степени практические умения по использованию полученной теоретической информации для практических целей различных социальных групп.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Человек и его здоровье» реализуется в очной форме.

Занятия включают в себя следующие формы организации деятельности:

1) фронтальная, все одновременно выполняют общую для всех работу, обсуждают, сравнивают, обобщают результаты (семинары, экскурсии, урок-викторина, интегрированные уроки, познавательные игры);

2) групповая, создание групп по 3-6 человек для решения конкретных учебных задач (практические работы, лабораторные работы, семинарские и зачетные работы);

3) индивидуальная, каждый получает задание для самостоятельного выполнения, специально подобранное для конкретного обучающегося в соответствии с его подготовкой и учебными возможностями (тестирование, творческая работа, анкетирование, исследовательская работа, проект).

Режим занятий: 3 раза в неделю по 1 академическому часу и 1 занятие 1,5 академических часа.

Ожидаемые результаты:

Учащиеся должны знать:

- Что изучат предмет «Человек и его здоровье»
- О взаимосвязи состояния окружающей среды и здоровья человека;
- Об экологических факторах, снижающих здоровье, и мерах, позволяющих сохранить и укрепить здоровье;

- Критерии здорового образа жизни;

- Вредное влияние алкоголя, курения, наркотических веществ на организм человека.

Должны уметь:

- Распознавать изученные органы и системы органов на таблицах;
- Оценивать состояние своего организма;
- Прогнозировать возможные последствия несоблюдения гигиенических правил;
- Объяснить причины изменения самочувствия человека в различных ситуациях;
- Описывать здоровый образ жизни современного человека, находить идеал нравственно и физически здорового человека.

Формы подведения итогов реализации программы.

Для выявления результатов обучения детей выделялось 3 направления:

1. Теоретическая подготовка;
2. Практическая подготовка;
3. Общенаучные умения и навыки.

Для выявления результатов мониторинга личностного развития выделяется 2 направления:

1. Организационные волевые качества;
2. Поведенческо-ориентационные качества обучающихся.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН
на 2023/2024 учебный год

№	Темы	Теоретические занятия	Практические занятия	Общее количество часов
1.	Раздел 1. Введение	1	1	2
1.1.	Что такое здоровье? От чего оно зависит?	1	-	1
1.2.	Здоровый образ жизни и его составляющие	1	1	2
2.	Раздел 2. Происхождение человека	5	3	8
2.2.	Место человека в системе живого мира	1	1	2
2.3.	Гипотезы происхождения человека	1	1	2
2.4.	Стадии эволюции человека	1	1	2
2.5.	Первые представители рода Homo	1	-	1
2.6.	Появление человека разумного	1	-	1
3.	Раздел 3. Анатомия человека	10	11	21
3.1.	История развития знаний о строении и функциях организма человека	2	-	1
3.2.	Клеточное строение организма	1	1	2
3.3.	Ткани и органы человека	1	1	2
3.4.	Система органов	1	1	2
3.5.	Координация и регуляция	1	1	2
3.6.	Строение и значение нервной системы	1	1	2
3.7.	Строение и функции спинного и головного мозга	1	1	2
3.8.	Анализаторы – органы чувств	1	1	2
3.9.	Аппарат опоры и движения	1	1	2
3.10.	Работа мышц	-	1	1
3.11.	Внутренняя среда организма	-	1	1
3.12.	Органы кровообращения. Работа сердца.	-	1	1
4.	Раздел 4. Я и мое здоровье	8	14	22
4.1.	Личная гигиена	1	1	2
4.2.	Гигиена одежды и обуви	1	1	2
4.3.	Гигиена жилища	1	1	2
4.4.	Правильное питание – залог здоровья	-	2	2
4.5.	Исследовательский проект «Почему нужен завтрак?»	-	1	1
4.6.	Гигиена зрения. Упражнения для глаз.	1	1	2
4.7.	Гигиена слуха	1	1	2
4.8.	Режим дня	1	1	2
4.9.	Гигиена кожи	1	1	2
4.10.	Уход за зубами	1	1	2
4.11.	Типы темперамента	-	1	1
4.12.	Игровой проект «Суд идет. Кто отвечает за здоровье?»	-	1	1
4.13.	Защита презентаций «Мое здоровье – в моих руках»	-	1	1
5.	Раздел 5. Антропометрия	9	20	29
5.1.	Типы телосложения	1	2	3
5.2.	Наследственные пропорции тела человека	-	2	2
5.3.	Защита презентаций «Развитие гибкости и равновесия»	-	2	2

5.4.	Правильная осанка человека – залог его красоты и здоровья	1	2	3
5.5.	Индекс массы тела	-	2	2
5.6.	Как посчитать идеальный вес	1	2	3
5.7.	Окружность грудной клетки, талии и бедра	1	1	2
5.8.	Жизненная емкость легких (ЖЕЛ)	1	1	2
5.9.	Частота сердечных сокращений (ЧСС)	1	1	2
5.10.	Артериальное давление (АД)	1	1	2
5.11.	Сила мышц кисти (кистевая динамометрия)	1	1	2
5.12.	Определение окончательной длины тела по росту родителей	1	1	2
5.13.	Защита проектов «В здоровом теле – здоровый дух»	-	2	2
6	Раздел 6. Вредные привычки и их профилактика	6	9	15
6.1.	Что такое вредные привычки?	1	1	1
6.2.	Алкоголизм	1	1	1
6.3.	Вся правда о вреде курения	1	1	1
6.4.	Наркомания	1	2	3
6.5.	Компьютер в доме – польза или вред?	1	2	3
6.6.	Учитесь говорить – НЕТ!	1	2	3
7.	Раздел 7. Окружающая среда и здоровье человека	11	22	33
7.1.	Здоровье и образ жизни	1	2	3
7.2.	История развития взаимоотношений человека с природой	1	2	3
7.3.	Экологические факторы	1	2	3
7.4.	Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях	1	2	3
7.5.	Влияние экологических факторов на здоровье человека	1	2	3
7.6.	Воздействие солнечных лучей на кожу	1	2	3
7.7.	Шум и его влияние на здоровье	1	2	3
7.8.	Здоровье человека в городской и сельской среде	1	2	3
7.9.	Двигательный режим человека	1	2	3
7.10.	Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции	1	2	3
7.11.	Защита рефератов «Факторы природы, влияющие на здоровье человека»	1	2	3
8.	Раздел 8. Питание и здоровье человека	7	14	21
8.1.	Что такое пища. Питательные вещества и продукты питания	1	2	3
8.2.	Состав и значение основных компонентов пищи.	1	2	3
8.3.	Пищевые отравления и их предупреждение	1	2	3
8.4.	Защита проектов «Здоровое меню»	1	2	3
8.5.	Защита презентаций «Правильное питание – залог здоровья»	1	2	3
8.6.	Урок –игра «Гигиена питания»	2	4	6
Итоговое занятие «Береги здоровье смолоду!»		1	1	2
ВСЕГО		58	95	153

3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Начало учебного года: 01 сентября 2023 года.

Окончание учебного года: 26 мая 2024 года.

Начало занятий: 14:20

Окончание занятий: 19:45

Продолжительность учебного года:

В 1-х классах – 33 учебных недели

Во 2 - 11 классы – 34 учебных недели

Режим работы школы: школа работает в две смены, начало учебных занятий с 8.30 часов.

Продолжительность занятий: 40 минут

Сроки и продолжительность каникул

Учебный период	Дата		Продолжительность	
	Начало	Окончание	Количество учебных недель	Количество учебных дней
I четверть	01.09.2023	28.10.2023	8	42
II четверть	07.11.2023	30.12.2023	8	40
III четверть	09.01.2024	17.03.2024	10	47
IV четверть	27.03.2024	26.05.2024	8	41
Итого в учебном году			34	170

План работы на каникулах: в каникулярное время дополнительное образование не реализуется.

График работы кружка: понедельник, вторник, четверг с 17:00 до 17:45
пятница с 17:00 до 18:10

4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел 1. Введение (2ч)

Что такое здоровье? От чего оно зависит? Здоровый образ жизни и его составляющие

Раздел 2. Происхождение человека (8 ч)

Место человека в системе живого мира. Гипотезы происхождения человека. Стадии эволюции человека. Первые представители рода НОМО. Появления человека разумного.

Раздел 3. Анатомия человека (21ч)

История развития знаний о строении и функциях организма человека. Клеточное строение организма. Ткани и органы человека. Система органов. Координация и регуляция. Строение и значение нервной системы. Строение и функции спинного мозга. Анализаторы – органы чувств. Урок-игра «Загадки полушарий головного мозга». Защита презентаций «Звук-слух-мозг». Аппарат опоры и движения. Работа мышц. Внутренняя среда организма. Органы кровообращения. Работа сердца. Строение органов дыхания. Пищеварение. Пищевые продукты. Витамины и их роль в организме человека. Органы выделения. Кожа – барьер между организмом и внешней средой. Развитие человека и возрастные процессы. Высшая нервная деятельность.

Раздел 4. Я и мое здоровье (22ч)

Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви. Гигиена жилища. Правильное питание – залог здоровья. Исследовательский проект «Почему нужен завтрак?». Гигиена зрения. Упражнения для глаз. Гигиена слуха. Режим дня. Гигиена кожи. Уход за зубами. Типы темперамента. Личная гигиена больного. Сон и бодрствование. Определение типов работоспособности

Раздел 5. Антропометрия (29ч)

Типы телосложения. Наследственные пропорции тела человека. Защита презентаций «Развитие гибкости и равновесия». Правильная осанка человека – залог его красоты и здоровья.

Индекс массы тела. Как посчитать идеальный вес. Окружность грудной клетки, талии и бедра. Оценка состояния физического развития. Кривая роста. Физиометрические измерения. Жизненная емкость легких (ЖЕЛ). Частота сердечных сокращений (ЧСС). Артериальное давление (АД). Сила мышц кисти (кистевая динамометрия). Определение окончательной длины тела по росту родителей. Защита проектов «В здоровом теле – здоровый дух». Итоговое занятие «Твое здоровье в твоих руках».

Раздел 6. Вредные привычки и их профилактика (15ч)

Что такое вредные привычки? Алкоголизм. Вся правда о вреде курения. Наркомания. Компьютер в доме – польза или вред? Учись говорить – НЕТ! Как не попасть в зависимость? СПИД – угроза здоровью! Защита презентаций «Новые «Мании» и проблемы».

Раздел 7. Окружающая среда и здоровье человека (33ч)

Здоровье и образ жизни. История развития взаимоотношений человека с природой. Экологические факторы. Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях. Расы. Влияние экологических факторов на здоровье человека. Воздействие солнечных лучей на кожу. Шум и его влияние на здоровье. Здоровье человека в городской и сельской среде. Двигательный режим человека. Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции. Биоритмы. Биологические часы. Внешнее воздействие на слух и органы равновесия. Закаливание.

Раздел 8. Питание и здоровье человека(21ч)

Что такое пища. Питательные вещества и продукты питания. Состав и значение основных компонентов пищи. Культура питания «Мусорная еда». Пищевые отравления и их предупреждение. Вредные примеси и их влияние на организм человека. Рациональное питание. Диета. Роль воды в организме. Питьевой режим. Гиповитаминозы и авитаминозы. Защита проектов «Здоровое меню». Защита презентаций «Правильное питание – залог здоровья». Урок - игра «Гигиена питания»

Итоговое занятие (2 ч)

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Мониторинг результатов обучения и критерии оценки обучающихся.

Основа - три группы показателей:

- Теоретическая подготовка и основные общеучебные компетенции (фиксация приобретенных ребенком в процессе освоения учебного модуля предметные и общеучебные знания, умения, навыки);

- Практическая подготовка (освоение способов решения проблем творческого и поискового характера; формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия; определять наиболее эффективные способы достижения результата; формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей);

- Достижения воспитанников (выражающиеся в изменении личностных качеств ребенка под влиянием занятий в объединении, работающем по учебному модулю «Человек и его здоровье»). Критерии оценки результативности.

- высокий уровень – 3 балла;

- средний уровень – 2 балла;

- низкий уровень – 1 балл;

- не усвоил – 0 баллов.

Формы определения результативности детей по программе: наблюдение, тестирования, творческие работы; самостоятельные работы репродуктивного характера; отчетные выставки; вопросники; защиты творческих работ, проектов, исследовательских работ; конференции; фестивали; олимпиады (Приложения 1, 2, 3, 4).

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методика организации теоретических и практических занятий.

На занятиях обучающиеся знакомятся взаимоотношением человеческого общества к природе, о здоровом образе жизни, о различных болезнях и их профилактике. Освоение материала в основном происходит в процессе практической деятельности. Прохождение каждой новой теоретической темы предполагает постоянное повторение пройденных тем, обращение к которым диктует практика. Такие методические приемы, как «забегание вперед», «возвращение к пройденному», придают объемность «линейному», последовательному освоению материала в данной программе.

Методическое обеспечение дисциплины

№	Раздел программы	Форма занятий	Формы проведения	Дидактический материал, техническое оснащение
1	<i>Введение</i>	Теория, практические занятия	Устный опрос, самостоятельная работа	Картинки, фотографии, компьютер
2	<i>Происхождение человека</i>	Теория, практические занятия, игры	Устный опрос, самостоятельная работа	Таблицы, карточки, компьютер, картинки
3	<i>Анатомия человека</i>	Теория, практические занятия, игры	Устный опрос, защита презентаций, самостоятельная работа	Таблицы, карточки, компьютер, мультимедийный проектор
4	<i>Я и мое здоровье</i>	Теория, практические занятия, защита презентаций, игры	Защита проектов, устный опрос, самостоятельная работа	Карточки, фотографии, картинки, мультимедийный проектор
5	<i>Антропометрия</i>	Теория, практические занятия, игры, защита презентаций, тренинги	Устный опрос, проектные работы, защита рефератов, мониторинг	Карточки, схемы, компьютер, картинки

Методы обучения

Методы по источнику познания:

- *Словесный метод обучения:*
- *Метод практико-ориентированной деятельности:*
- *Наглядный метод обучения: Работа с книгой.*
- *Видеометод.*

По степени продуктивности, по типу (характеру познавательной деятельности):

- *Объяснительно-иллюстративный*
- *Репродуктивный*
- *Метод проблемного обучения:*
- *Частично-поисковый:*
- *Исследовательский метод:*
- *Метод наблюдения:*
- *Методы программированного обучения:*
- *Метод игры:*

На основе структуры личности:

- *Методы формирования сознания, понятий, взглядов, идеалов, убеждений;*
- *Методы формирования опыта общественного поведения;*
- *Методы стимулирования и мотивации деятельности и поведения;*
- *Психологические и социологические приемы и методы, используемые на занятиях.*

7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Для реализации учебного материала программы используются методические пособия, разработанные специально для детей (11 - 16 лет):

1. Атлас зоологии /Хосе Тола, Ева Инфьеста. – Харьков: Издательство «Ранок», 2005;
2. Все, что нужно знать об анатомии человека. – Харьков: «Веста», 2011;
3. Биология. Человек. 8 класс: учебн. для общеобразоват. учреждений/Н.И.Сонин, М.Р.Сапин. – 3-е изд., стереотип. – М.:Дрофа, 2010;
4. Биология. 8-11 классы. Человек и его здоровье. Подготовка в ЕГЭ и ГИА -9. Учебно-методическое пособие/А.А.Кириленко. – Изд. 2-е. – Ростов н/д: Легион, 2013;
5. Вредные привычки: профилактика зависимостей: 8-11 классы. – М.: ВАКО, 2009;
6. Здоровье человека и окружающая среда: элективный курс. – М.: «5 за знания»; СПб.:ООО «Виктория плюс», 2006;
7. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе/авт-сост. С.А.Цабыбин. – Волгоград: Учитель, 2009;
8. Человек: Анатомия, физиология, гигиена: Учеб. Для 8 кл. средн. Шк./Под ред. В.Н.Загорской и др. – 18-е изд. – М.: Просвещение, 1988;
9. Психофизиологические основы здоровья. Прпрактикум/Будук-оол Л.К. – Кызыл: издательство тывинского государственного университета. – 2011;
10. Общая биология: учеб. Для общеобразоват. учреждений/В.Б.Захаров, Н.И.Сонин. – 7-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2004;
11. Рабочие программы по биологии. 9-11 классы (по программам Н.И.Сониной, В.Б.Захарова; В.В.Пасечника; И.Н.Понаморевой) Авт-сост.: И.П.Чередниченко, М.В.Оданович. – 3-е изд., перераб., боп. – М.: Планета, 2011;
12. Формирование культуры здоровья. 7-8 классы /А.Г.Макеева. – М.: Просвещение, 2013;
13. Экология. 6-11 классы: внеклассные мероприятия, исследовательская деятельность учащихся/сост. И.П. Чередниченко. – Волгоград: Учитель, 2011;
14. Экология. 10 (11) класс: учебн. для общеобразоват. учреждений /Е.А.Криксунов, В.В.Пасечник. – 15-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2011;
- 15.Экология. 10 (11) класс: тематическое планирование: методическое пособие / Е.А.Криксунов, В.В.Пасечник. – 5-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2002;
16. ЕГЭ 2015. Биология. Типовые тестовые задания / Г.С.Калинова, Т.В.Мазяркина. – М.: Издательство «Экзамен», 2015.

Приложение 1

Вопросы для контрольных занятий по теоретическим разделам программы

1	Гигиена кожи, одежды и обуви. Средства личной гигиены.
2	Ожоги. Классификация. Клиника. Первая помощь. Укусы. Клиника. Первая помощь.
3	Примеры патологии: сыпи при инфекционных болезнях, юношеские угри, грибковые заболевания кожи и ее производных, злокачественные опухоли кожи (рак, меланома) и загар, как фактор риска их развития. Значение исследования кожи для диагностики кожных и других болезней (цвет, влажность, наличие высыпаний и др.).
4	Определение площади поверхности и объема тела. Функциональная мобильность потовых желез как один из факторов регуляции теплоотдачи у человека.
5	Кожная эстезиометрия: определение пространственного порога тактильной чувствительности.
6	Измерение электрического сопротивления кожи
7	Наблюдение сосудистых терморегуляторных реакций у человека. Адаптация терморцепторов у человека.

Диагностические задания для контрольных занятий по практическим разделам программы

<ol style="list-style-type: none"> 1. Работа с дидактическими карточками. 2. Работа с моделями и натуральными препаратами костей человека. 3. Наблюдение локомоторной активности простейших (мерцательное и амeboидное движение). 4. Сравнение скелетов позвоночных животных (лягушка, крот, человек). 5. Динамометрия: измерение мышечной силы с помощью ручного и станкового динамометров. 6. Эргометрия: расчет работы, совершаемой человеком при различных движениях. 7. Виртуальный практикум. Регистрация сокращений скелетной мышцы: зубчатый и гладкий тетанус, оптимум и пессимум частоты раздражения.
--

Приложение 2

Предметные результаты освоения курса

Название программы «Человек и здоровье»

Педагог _____

№	Фамилия, имя, учащегося	Предметные результаты		Решение комиссии
		Теоретическая подготовка	Практическая подготовка	
1				

Приложение 3

Итоговые результаты освоения программы **Название программы «Человек и здоровье»**

Педагог _____

№	Фамилия, имя, учащегося	Предметные результаты		Метапредметные результаты			Личностные результаты	Общий балл
		Теоретическая подготовка	Практическая подготовка	Коммуникативные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД		
1								

Выводы:

1. Низкий уровень – обучающийся практически не владеет теоретическими знаниями по разделам, не владеет специальной терминологией, предусмотренными программой.

2. Средний уровень – имеет небольшой (примерно 40 - 50%) объём необходимых знаний.

3. Высокий уровень – знает практически все термины и имеет необходимый запас начальных теоретических знаний.

Приложение 4**Мониторинг результатов освоения программы**

Мониторинг личностного развития учащегося в процессе освоения им дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Человек и его здоровье» будет осуществляться по 4 направлениям.

Каждое направление – это соответствующий блок личностных качеств.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики
1. Организационно-волевые качества 1.1. Терпение 1.2. Воля 1.3. Самоконтроль	Способность переносить нагрузки в течение определенного времени	- терпения хватает меньше чем на половину занятия	1	Наблюдение
		- терпения хватает больше чем на половину занятия	2	
		- терпения хватает на все занятие	3	
	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	- волевые усилия побуждаются извне	1	
		- иногда самим ребенком	2	
		- всегда самим ребенком	3	
	Умение контролировать свои поступки	- постоянно находится под воздействием контроля извне	1	
		- периодически контролирует себя сам	2	
		- постоянно контролирует себя сам	3	
		- периодически контролирует себя сам	3	
2. Ориентационные качества	Способность оценивать себя	- завышенная	1	Тестирование
		- заниженная	2	

2.1. Самооценка 2.2. Интерес к занятиям	адекватно реальным достижениям	- нормальная (адекватная)	3	Анкетирование
	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы	- интерес к занятиям продиктован извне	1	
		- интерес периодически поддерживается самим ребенком	2	
		- интерес постоянно поддерживается самим ребенком	3	
3. Поведенческие качества 3.1. Тип сотрудничества. Отношение к общим делам	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	- избегает участия в общих делах	1	Наблюдение
		- участвует при побуждении извне	2	
		- инициативен в общих делах	3	
4. Творческие способности	Креативность в выполнении поставленных задач	- начальный уровень	1	Анкетирование
		- репродуктивный уровень	2	
		- творческий уровень	3	

Критерии оценки личностного развития:

- 10 – 12 баллов – низкий уровень развития;
- 13 – 21 балл – средний уровень развития;
- 22 – 30 баллов – высокий уровень развития