

РЕСПУБЛИКА КРЫМ
АДМИНИСТРАЦИЯ БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ, МОЛОДЕЖИ И СПОРТА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КУРСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА»
БЕЛОГОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ОДОБРЕНО
Педагогическим советом
МБОУ«Курская СШ»
Протокол №14 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ«Курская СШ»
Е.П.Шафрановская
Приказ от 29.08.2025г. №311

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ГРАМОТНОСТЬ. БИОЛОГИЯ В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ»

Направленность: естественнонаучная

Срок реализации программы: 34 часа (1 год)

Вид программы: модифицированная

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 13-15 лет

Составитель: Амзаева Лилия Аметовна, педагог дополнительного образования

с. Курское, 2025 г.

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи Программы.....	7
1.3. Воспитательный потенциал программы.....	7-8
1.4. Содержание программы.....	9-13
1.5 Планируемые результаты	14-16

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.....	17
2.2. Условия реализации программы.....	17-19
2.3. Формы аттестации.....	19-20
2.4. Список литературы.....	21-22

Раздел3. Приложения

3.1. Оценочные материалы.....	23-28
3.2. Методические материалы.....	29-40
3.3. Календарно-тематическое планирование.....	41-46
3.4.Лист корректировки.....	47
3.5. План воспитательной работы.....	48

1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Функциональная грамотность. Биология в вопросах и ответах» разработана в соответствии со следующей нормативно-правовой базой:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 24.12.2014 г. № 808 «Об утверждении Основ государственной культурной политики» (в действующей редакции);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Стратегия научно-технологического развития Российской Федерации, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 01.12.2016 г. № 642 (в действующей редакции);
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;
- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (в действующей редакции);
- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в действующей редакции);

- Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474 «О национальных целях развития России до 2030 года»;
- Федеральный закон Российской Федерации от 13.07.2020 г. № 189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (в действующей редакции);
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (в действующей редакции);
- Указ Президента Российской Федерации от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (в действующей редакции);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);
- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;
- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;
- Постановление Совета министров Республики Крым от 20.07.2023 г. № 510 «Об организации оказания государственных услуг в социальной сфере при формировании государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере на территории Республики Крым»;
- Постановление Совета министров Республики Крым от 17.08.2023 г. № 593 «Об утверждении Порядка формирования государственных социальных заказов на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым, и Формы отчета об исполнении государственного социального заказа на оказание государственных услуг в социальной сфере, отнесенных к полномочиям исполнительных органов Республики Крым»;
- Постановление Совета министров Республики Крым от 31.08.2023 г. № 639 «О вопросах оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ» в соответствии с социальными сертификатами»;
- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;
- Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 31.07.2023 г. № 04-423 «О направлении методических рекомендаций для педагогических работников образовательных организаций общего образования, образовательных организаций среднего профессионального образования, образовательных организаций дополнительного образования по использованию российского программного обеспечения при взаимодействии с обучающимися и их родителями (законными представителями)»;
- Письмо Минпросвещения России от 01.06.2023 г. № АБ-2324/05 «О внедрении Единой модели профессиональной ориентации» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации профориентационного минимума для образовательных организаций Российской Федерации, реализующих образовательные программы основного общего и среднего общего образования», «Инструкцией по подготовке к реализации профориентационного минимума в образовательных организациях субъекта Российской Федерации»);
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 29.09.2023 г. № АБ-3935/06 «Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно технологического и культурного развития страны»;
- Устав Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Курская СШ» от 07.02.2024 г. № 161.
- Положение о режиме занятий объединений дополнительного образования детей МБОУ «Курская СШ» Белогорского района Республики Крым от 30.08.2023 г. №279.
- Положение о приёме, переводе и отчислении детей на программы дополнительного образования от 30.08.2023 г. №279.

Программа участвует в социально значимом проекте – «Точка роста», приказ №72 от 10.03.2021г.

Направленность (профиль) программы: естественнонаучная. Профиль-биология. Организация образовательной деятельности обучающихся строится на основе биологически структурированного занятия, что дает положительный оздоровительный эффект, создает условия для формирования мотивации здоровья.

Актуальность данной программы заключается в том, что предлагаемый курс обучения по программе может поддержать и углубить знания по биологии (анатомии человека), валеологии. Он поможет проверить целесообразность выбора профиля дальнейшего обучения и будущей профессии выпускника. В течение всего курса 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.

Новизна программы заключается в использовании: современных педагогических технологий, приемов; различных техник и способов работы; современного оборудования, позволяющего исследовать различные объекты. Занятия по программе «Функциональная грамотность. Биология в вопросах и ответах» строятся в форме практических работ, выполнение которых обеспечивает связь теории с практикой, развивают самостоятельность и способность к постановке и пониманию интерпретации фактов, к анализу явлений и синтезу, к оценке полученной информации, применению знаний на практике. Программа помогает осуществлять исследовательскую, проектную деятельность.

Отличительные особенности программы Важным условием выполнения данной программы является сохранение ее образовательной направленности. 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.

Педагогическая целесообразность. В условиях современной модернизации образования одной из главных проблем обучения становится формирование умений смыслового чтения при работе с текстом учебника и другими источниками, которые предлагаются для работы на уроках биологии. Формирование умений смыслового чтения – необходимое условие функциональной грамотности. УУД смыслового чтения - умения максимально точно и полно понимать содержание текста, практически осмысливать извлечённую информацию, соотносить её с имеющимися знаниями, интерпретировать, оценивать и применять при выполнении предложенных заданий с использованием учебных, учебно-познавательных текстов по биологии и другим дисциплинам. работа с текстом на уроках биологии мотивирует учащихся к познавательной деятельности, успеху, создаёт атмосферу сотрудничества и соковрочества, что позволяет выполнить требование ФГОС – развивать УМЕНИЕ

УЧИТЬСЯ, самостоятельное управление через осмысленное чтение своим собственным развитием.

Ожидаемые результаты:

- положительная динамика социальной и творческой активности обучаемых, подтверждаемая результатами их участия в конкурсах различного уровня, фестивалях, смотрах, соревнованиях.
- повышение коммуникативности;
- появление и поддержание мотивации к углубленному изучению биологии и экологии;
- умение пользоваться современными источниками информации и давать аргументированную оценку информации по биологическим вопросам; работать с научной и учебной литературой;
- сформировавшиеся биолого-экологические знания, умения и навыки, одновременно приобретенные навыки организации внеклассной эколого-краеведческой работы: проведения викторин, бесед, классных часов с учащимися начальной школы;
- ведение здорового образа жизни.

Адресат программы. Программа адресована детям 13 -14 лет.

Количество обучающихся в группе: до 25 человек.

Количество групп-1.

Группа комплектуется на основании заявления родителей, из всех желающих заниматься.

Объем и срок реализации программы. Программа рассчитана на 1 год обучения (34 часа), из расчёта 1 час в неделю и включает в себя 34 учебные недели.

Режим занятий Занятия проходят один раз в неделю. Длительность занятия – 45минут.

Уровень программы: базовый. Базовый уровень предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний и языка, гарантированно обеспечивают трансляцию общей и целостной картины в рамках содержательно-тематического направления программы.

Форма обучения: очная. Программа, по необходимости, реализуется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий При переходе на дистанционную форму обучения педагог дополнительного образования адаптирует данную программу, акцентируя содержание на самостоятельную творческую работу детей.

Особенности организации образовательной деятельности Группа формируется из обучающихся одного возраста (8 класс).

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы: Формирование у обучающихся бережного отношения к своему здоровью, здоровью людей на основе полученных знаний, умений и навыков здорового образа жизни.

Задачи:

Образовательные (обучающие, предметные):

- Расширять кругозор, что является необходимым для любого культурного человека.
- Способствовать популяризации у учащихся биологических и экологических знаний.
- Ознакомить с видовым составом флоры и фауны окрестностей; с редкими и исчезающими растениями и животными местности; с правилами поведения в природе;
- Углубить знания с биологическими специальностями.

Личностные (воспитательные):

- воспитывать интерес к миру живых существ;
- воспитывать ответственное отношение к порученному делу.

Метапредметные (развивающие):

- развивать навыки ухода за комнатными растениями, при составлении и систематизации биологических коллекций и гербариев, а так же навыки работы с микроскопом;
- развивать навыки общение и коммуникации;
- развивать творческие способности ребенка;
- формировать экологическую культуру и чувства ответственности за состояние окружающей среды с учетом региональных особенностей;
- формировать приемы, умения и навыки по организации поисковой и исследовательской деятельности, самостоятельной познавательной деятельности, проведения опытов;
- формировать потребности в здоровом образе жизни.

1.3. Воспитательный потенциал дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Цель воспитательной работы - сознание и апробация здоровье сберегающих технологий в образовательном процессе.

Задачи воспитательной работы:

- развивать у учащихся причинно-следственных и межпредметных связей в ходе реализации программы;
- формировать учащихся осознанного выбора здорового образа жизни.
- повышать мотивации к изучению предмета «Анатомия человека».

Ожидаемые результаты: дать обучающимся знания и обучить практическим навыкам оказания первой доврачебной помощи в различных опасных для жизни ситуациях.

Формы проведения воспитательных мероприятий:

- Для выполнения поставленных программой учебно-воспитательных задач предусмотрены следующие **формы занятий**:

- практические и лабораторные занятия;

- занятия-соревнования;
- мастер-классы;
- занятия конференции;
- круглые столы;
- выставки;
- экскурсии
- проектная деятельность

Содержание занятий и практический материал подбирается с учетом возрастных особенностей и физических возможностей детей. Каждое занятие включает в себя теоретическую и практическую часть.

В процессе занятий педагог использует следующие педагогические технологии :

- развивающего обучения с направленностью на развитие творческих качеств личности;
- проблемного обучения;
- ИКТ технологии
- элементы технологии здоровье сбережения.

Методы воспитательного воздействия:

Программа направлена на воспитание экологической грамотности, творческой личности:

-работа с родителями (родительские собрания, индивидуальные беседы, консультации) предполагают взаимопомощь в формировании целостных личностных качеств у детей;

-условием нравственного воспитания детей и молодежи в объединении является общение на доверительных началах;

-создание дружеской атмосферы в коллективе;

-участие в конференциях воспитывает ответственность перед коллективом, самостоятельность и веру в свои силы;

-социально значимые мероприятия (проведение мастер-классов, организация выставок, конференций, показательных выступлений и др. коллективных мероприятий) прививают навыки общения друг с другом, сплачивают коллектив, раскрывают творческие возможности ребят, идёт активная социализация, понимание ценности собственного «Я».

1.4. Содержание программы

Таблица 3

Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие	1	1		Инструктажи ТБ
1	Окружающая среда и здоровье	2	1	1	Фильм «Тайны воды». Рассмотрение под микроскопом воды из «стоячего водоема». Фильтрация воды с помощью угля, гальки и натуральной ткани.
2	Экстремальные факторы.	3	1	2	Выполнение теста по определению своего хронобиологического типа.
3	Режим дня.	2	1	1	мини-проект «Разработка собственного режима дня»
4	Вредные привычки	3	1	2	Творческая работа-выпуск стенгазеты «Мы - за здоровый образ жизни!»
5	Влияние физкультуры и спорта на организм человека	2	1	1	Спортивная игра – эстафета «Смелые, быстрые, ловкие»
6	Питание и здоровье	2	1	1	Занимательное тестирование «Что вы за фрукт?».

	Бактерии, вирусы и человек	3	1	2	1.Лабораторная работа «Приготовление питательной среды и выращивание культуры картофельной палочки.» 2.Ролевая игра «Вирус»
8	Прививки и вакцины	2	1	1	Анкетирование «Прививки : за и против»
9	Иммуномодуляторы	2	1	1	Интеллектуальная игра «Брейн- ринг»
10	Наследственные болезни	1		1	Занятие-конференция «Тайны генетики»
11	Уход и профилактика болезней кожи	3	2	1	Подготовка рефератов, сообщений «Болезни кожи»
12	Народная медицина.	2	1	1	Составление фотоальбома или презентации о лекарственных растениях
13	Гигиена полости рта	2	1	1	Экскурсия в амбулаторию в стоматологический кабинет
14	Основные болезни сердечно - сосудистой системы.	2	1	1	Приемы оказания первой доврачебной помощи. при сердечном приступе
15	Итоговое занятие .Защита проектов	2	1	1	Защита проектов «Программа моего здоровья»
	Всего часов:	34	16	18	

Содержание учебного плана

Введение (1ч.)

Теория (1 час): 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

Форма аттестации: Просмотр и обсуждение: фильм «Секретные материалы: Ключи от долголетия» (2014).

Окружающая среда и здоровье(2ч.)

Теория (1 ч.): Занятие № 1. Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления.

Практика (1 ч.): Занятие № 2. 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.

Форма аттестации: Фильм «Тайны воды».

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

Тема № 3. Экстремальные факторы. (3 ч.)

Теория (1 ч.): Занятие № 1. Влияние перегрузок и невесомости на организм человека.

Практика (2 ч.) Занятие № 2. Электрические и магнитные поля и их влияние на человека.

Занятие № 3. Радиация. Рентгеновское излучение.

Форма аттестации: Выполнение теста по определению своего хронобиологического типа.

Тема №4. Режим дня. (2 ч.)

Теория (1 ч.): Занятие № 1. Режим дня. Биологические ритмы.

Практика (1 ч.) Занятие № 2. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна.

Форма аттестации: мини-проект «Разработка собственного режима дня»

Тема № 5. Вредные привычки (3 ч.)

Теория (1 ч.): Занятие № 1. Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение. Электронные сигареты - вредно или нет.

Практика (1 ч.): Занятие № 2. Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.

Форма аттестации: Творческая работа- выпуск стенгазеты «Мы - за здоровый образ жизни!»

Тема №6. Влияние физкультуры и спорта на организм человека(2ч.)

Теория (1 ч.): Занятие № 1. Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.

Практика (1 ч.): Занятие № 2. Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.

Форма аттестации :Спортивная игра –эстафета «Смелые, быстрые ,ловкие»

Тема № 7. Питание и здоровье (2 ч.).

Теория (1 ч.): Занятие № 1. Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.

Практика (1 ч.): Занятие № 2. Химический состав пищи. Калорийность.

Составление индивидуального рациона питания. Расчет калорийности

Форма аттестации: Занимательное тестирование «Что вы за фрукт?».

Тема №8. Бактерии, вирусы и человек (3ч.)

Теория (1 ч.): Занятие №1. Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика.

Практика (1 ч.): Занятие №2 Антибиотики, их влияние на организм человека.

Занятие №3. Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа - клиника, лечение и профилактика.

Форма аттестации:1.Лабораторная работа «Приготовление питательной среды и выращивание культуры картофельной палочки.»
2.Ролевая игра «Вирус»

Тема №9. Прививки и вакцины(2 ч.)

Теория (1 ч.): Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки.

Практика (1 ч.): Виды вакцинации. Как изготавливают вакцины.

Форма аттестации:Анкетирование «Прививки : за и против»

Тема №10 Иммуномодуляторы (2 ч.)

Теория (1 ч.):Современные иммуномодуляторы, можно ли применять без рецепта врача?

Практика (1 ч.): Проблемы современной иммунологии, аллергии и генетики

Форма аттестации: интеллектуальная игра «Брейн- ринг»

Тема №11. Наследственные болезни. (1 ч.)

Практика (1 ч.): Причины возникновения и симптомы гемофилии, дальтонизма, синдрома Дауна.

Форма аттестации: Занятие-конференция «Тайны генетики»

Тема №12 Уход и профилактика болезней кожи. (3 ч.)

Теория (1 ч.): Причины, профилактика и симптомы дерматита, герпеса, меланомы, псориаза, грибковых заболеваний.

Практика (1 ч.): Занятие № 2. Обморожения и ожоги их классификация

Занятие № 3.. Уход за кожей. Способствует ли солярий развитию рака кожи Какой должна быть подростковая косметика. Уход за ногтями и волосами

Форма аттестации: Подготовка рефератов, сообщений «Болезни кожи»

Тема №13 Народная медицина. (2 ч.)

Теория (1 ч): Занятие №1. Народная медицина сегодня. Лечебные травы и их влияние на организм человека. Можно ли лечить болезни с помощью массажа, показания для массажа

Практика (1 ч.): Занятие № 2. Исследовательская работа: «Изучение лечебных свойств некоторых растений и их влияние на организм человека»

Форма аттестации: Составление фотоальбома или презентации о лекарственных растениях

Тема №14. Гигиена полости рта (2 ч.)

Теория (1 ч) Занятие № 1. Признаки и симптомы кариеса и пульпита, уход за полостью рта.

Практика (1 ч.): Занятие №2. Зубные инфекции с воспалительным процессом: абсцесс и флегмона.

Форма аттестации: Экскурсия в амбулаторию в стоматологический кабинет

Тема № 15. Основные болезни сердечно - сосудистой системы. (2 ч.)

Теория (1ч.) Занятие № 1. Возрастные изменения в сердечно - сосудистой системе, Изменение кровообращения. Кровотечения, оказание первой помощи

Практика (1 ч.): Занятие № 2. . Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии. Клиника и признаки заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, артериосклероза.

Форма аттестации: Приемы оказания первой доврачебной помощи. при сердечном приступе

Итоговое занятие. Защита проектов(2ч.)

Теория (1ч.)

Практика (1 ч.):

Форма аттестации : Защита проектов «Программа моего здоровья»

1.5. Планируемые результаты

У выпускников будет сформирована потребность в систематическом чтении как средстве познания мира и себя в этом мире, гармонизации отношений человека и общества, создании образа «потребного будущего».

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.

Обучающиеся овладеют чтением как средством осуществления своих дальнейших планов: продолжения образования и самообразования, осознанного планирования своего актуального и перспективного круга чтения, в том числе досугового, подготовки к трудовой и социальной деятельности.

По окончанию обучения учащиеся должны:

знать: 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 укрепление здоровья.

уметь:

работать с текстами, преобразовывать и интерпретировать содержащуюся в них информацию.

- 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;

Предметные результаты: (в соответствии с предметными задачами)

• систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;

• выделять главную и избыточную информацию, выполнять смысловое съёстывание выделенных фактов, мыслей; представлять информацию в сжатой словесной форме (в виде плана или тезисов) и в наглядно-символической форме (в виде таблиц, графических схем и диаграмм, карт понятий — концептуальных диаграмм, опорных конспектов);

• заполнять и дополнять таблицы, схемы, диаграммы, тексты.

В ходе изучения всех учебных предметов обучающиеся приобретут опыт проектной деятельности как особой формы учебной работы, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности; в ходе реализации исходного замысла на практическом уровне овладеют умением выбирать адекватные стоящей задаче средства, принимать решения, в том числе и в ситуациях неопределенности. Они получат возможность развить способность к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, поиску и осуществлению наиболее приемлемого решения.

вести индивидуальные и групповые исследовательские работы;

обеспечить права ребёнка на развитие, личностное самоопределение и самореализацию;

обеспечить адаптацию к жизни в обществе, профессиональной ориентации, а также выявлять и поддерживать детей, проявивших выдающиеся способности;

выявлять и развивать у обучающихся творческих способностей и интереса к научной (научно-исследовательской) деятельности;

Метапредметные результаты: (в соответствии с метапредметными задачами)

- 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;

Личностные результаты: (в соответствии с личностными задачами)

- 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
- 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.)
- 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.
- Договариваться о правилах общения и работать в группе в паре.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;

ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;

формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;

обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;

обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;

определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;

выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);

выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;

составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);

определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель –34. Количество учебных дней -34. Дата начала и окончание учебного периода – 01 сентября по 26 мая текущего учебного года. Учебные занятия проводятся с понедельника по пятницу согласно расписанию, утвержденному директором МБОУ «Курская СШ». Календарный-учебный график может корректироваться в течение учебного года.

2.2 Условия реализации программы

Материально-технические условия

Учебное и компьютерное оборудование:

1. Компьютер для работы учителя.
2. Мультимедийный комплекс
3. Интернет

Лабораторное оборудование: Микроскоп, колбы, пробирки, воронки, фильтры, химические стаканы, препаровальные иглы, предметные и покровные стёкла, пипетки, мензурки, спиртовки, весы.

4.Аптечка медицинская

Информационное обеспечение:

<http://www.virtulab.net> Виртуальная образовательная лаборатория

<http://www.polezen.ru/interes/anatomy.php> - Человек в цифрах: занимательная анатомия

<http://school.bakai.ru/?id=newpb041220101544> - бакай-виртуальная школа по биологии

<http://muzey-factov.ru/tag/biology> - музей фактов о человеке

<http://humbio.ru/>. - Ресурс «База знаний по биологии человека» содержит учебник по молекулярной биологии человека, биохимии, физиологии, генной и белковой инженерии.

<http://www.skeletos.zharko.ru/>. - Опорно-двигательная система человека: образовательный сайт

<http://www.sci.aha.ru/biodiv/index.htm>. - Раздел (Биоразнообразие и охрана природы) Web-атласа "Здоровье и окружающая среда". Специалистов наверняка заинтересует масштабный тематический информационный массив информационных ресурсов по биоразнообразию России. Также имеется возможность найти необходимую информацию в интерактивной базе данных "Россия в цифрах" (тысячи показателей по всем регионам страны). Также размещена онлайновая картографическая система DataGraf.Net, позволяющая "на лету" строить карты, (в том числе собственные) и производить анализ их суперпозиций.

<http://www.sci.aha.ru/ATL/ra00.htm>. -Web-Атлас: "Окружающая среда и здоровье населения России". Комплексный труд, в котором рассматриваются в первую очередь факторы и причины, определяющие здоровье нации. Около 200 сюжетов, более 400 карт и диаграмм

www.molbiol.edu.ru. Анатомия и физиология человека. Научно-популярный сайт. База знаний по биологии человека. Физиология, клеточная биология, генетика, биохимия

Кадровое обеспечение программы: педагог дополнительного образования.

Методическое обеспечение представляет краткое описание методики работы по программе и включает в себя:

особенности организации образовательного процесса.

Основной формой обучения является занятие. Виды занятий определяются содержанием программы. Занятия проводятся с полным составом группы, при этом по мере приобретения опыта учащимся делается больший упор на групповые и индивидуальные формы работы.

Обучение детей происходит по группам в соответствии с календарно-тематическим планированием. Состав групп постоянный, одновозрастной. Занятия групповые с ярко выраженным индивидуальным

подходом. Виды занятий подбираются в соответствии с содержанием, дидактической задачей и психологическими особенностями детей данного возраста и предусматривают практические и теоретические занятия.

При организации образовательного процесса педагог учитывает специфику конкретной учебной группы (успеваемость, творческую активность, предпочтения учащихся). Некоторые занятия могут проводиться с участием обучающихся из других групп, с привлечением родительской общественности.

методы обучения: (словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский проблемный; игровой, дискуссионный, проектный и др.) **и воспитания:** (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);

формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая и групповая

формы организации учебного занятия - беседа, встреча с интересными людьми, диспут, защита проектов, игра, конкурс, конференция, круглый стол, лабораторное занятие, лекция, «мозговой штурм», наблюдение, открытое занятие, практическое занятие, семинар, соревнование.

педагогические технологии - технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология модульного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разноуровневого обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, технология дистанционного обучения, технология исследовательской / проектной деятельности, технология игровой деятельности, технология коллективной творческой деятельности, коммуникативная технология обучения, технология развития критического мышления, технология портфолио, технология педагогической мастерской, технология решения изобретательских задач, здоровьесберегающая технология, технология-дебаты и др.

алгоритм учебного занятия:

Организационный момент:

- 1) Приветствие и проверка присутствующих;
- 2) Активация необходимых знаний (актуализация);
- 3) Мотивация и стимулирование деятельности обучающихся;
- 4) Целевая установка;
- 5) Сообщение темы занятия.

II. Основная часть

- 1) Теоретическая часть;
- 2) Практическая часть. (Основные вопросы темы, последовательность

их изложения, методы и способы обучения, использование технических средств обучения (ТСО) и методических материалов по каждому пункту основной части занятия).

III. Подведение итогов занятия

- 1) Проверка первичного усвоения знаний;
- 2) Выводы по занятию (подведение итогов работы);
- 3) Рефлексия (закрепление знаний (в любой, предполагаемой педагогом, форме), анализ типичных ошибок);
- 3) Рекомендации для самостоятельной работы.

дидактические материалы - раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания, упражнения.

2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: аналитическая справка, аналитический материал, грамота, диплом, дневник наблюдений, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, фото, отзыв детей и родителей, свидетельство (сертификат), статья и др.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитический материал по итогам проведения психологической диагностики, аналитическая справка, контрольная работа, научно-практическая конференция, олимпиада, открытое занятие, отчет итоговый, портфолио, поступление выпускников в профессиональные образовательные организации по профилю, соревнование, фестиваль и др.

Виды контроля:

Входной контроль- проводится при наборе или на начальном этапе формирования коллектива, изучаются отношения ребенка к выбранной деятельности, его способности и достижения в этой области, личностные качества ребенка. Форма контроля- наблюдение, опрос.

Текущий контроль- проводится в течение года, возможен на каждом занятии; определяет степень усвоения учащимися учебного материала, готовность к восприятию нового материала, выявляет учащихся, отстающих или опережающих обучение; позволяет педагогу подобрать наиболее эффективные методы и средства обучения. Форма контроля- наблюдение, опрос, беседа, практическая работа.

Промежуточный контроль- проводится по окончании изучения темы, модуля, в конце полугодия, года, изучается динамика освоения предметного содержания ребенком, личностного развития, взаимоотношений в коллективе. Форма контроля - проект.

Итоговый контроль- проводится в конце обучения по программе с целью определения изменения уровня развития качеств личности каждого ребенка, его творческих способностей, определения результатов обучения, ориентирования на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение. Форма контроля- публичная презентация проекта

2.4. Список литературы

Для педагога:

1. Алексашина А.Ю.;Логутенко О.И. Как сохранить планету. Серия «Внеурочная деятельность», 7-9 классы. Учебное пособие для общеобразовательных организаций; Москва. «Просвещение».2019г.-96 стр.
2. Богословский В.В., Ковалёва А.Г., Степанова А.А. Общая психология.Москва. «Просвещение».1981г.-383с., ил.
3. Баранов В.Д. Мир культурных растений; М.: «Мысль»,.1984 – 260с., ил.
4. .Бондарук М.М., Ковылина Н.В. Занимательные материалы и факты по анатомии и физиологии человека в вопросах и ответах.(8-11кл.) Волгоград. «Учитель».2007г. – 183с.
5. Жукова Т.И. Часы занимательной зоологии. Москва. «Просвещение». 1973г.
6. Журнал «Биология в школе».2007г.-2008г.
7. Журнал в журнале «Учителю экологии».2007г.
8. Козлова Т.А., Сивоглазов В.И. Цветы садов и полей; М.: «Эгмонт Россия»,2002 – 64с., ил.
9. Коробкин В.И., Передельский Л.В. Экология. Феникс.2006г. – 576с.
- 10.. Ошмарин А.П., Ошмарина В.И. Экология (школьный справочник).Ярославль. «Академия развития». 1998г. – 240с.,ил.
- 11.Педагогическая лоция. Специальное приложение к журналу «Лицейское и гимназическое образование». Метод проектов в школе. 2003-2004 уч. год.
- 12.Приорова Е.М. Экологическая культура и здоровье человека (практикум);Серия «Внеурочная деятельность». Учебное пособие для общеобразовательных организаций. Москва. «Просвещение».2019г, стр.192
- 13.Рон Роберт Дэвид Грум . Парапсихология.Санкт-Петербург «прайм-ЕвроЗнак». Москва. «Олма-пресс».2003г. – 224с.
- 14.Скурихин И.М., Нечаева А.П. Всё о пище с точки зрения химика. Москва. «Высшая школа». 1991г. -288с., ил.
- 15.<http://www.sci.aha.ru/biodiv/index.htm>. - Раздел (Биоразнообразие и охрана природы) Web-атласа "Здоровье и окружающая среда".
- 16.Интернет-ресурсы:<http://tltmthty.ru> Элементы большой науки.
- 17.Солопова Н.К., Селиванова О.В., Черникова С.В. технология организации уроков по проектной методике.Тамбов,2007, - 48с.

Для родителей:

1. Баранов В.Д. Мир культурных растений; М.: «Мысль»,.1984 – 260с., ил.
- Бондарук М.М., Ковылина Н.В. Занимательные материалы и факты по анатомии и физиологии человека в вопросах и ответах.(8-11кл.) Волгоград. «Учитель».2007г. – 183с.
- 2.Рон Роберт Дэвид Грум . Парапсихология.Санкт-Петербург «прайм-ЕвроЗнак». Москва. «Олма-пресс».2003г. – 224с.
- 3.Скурихин И.М., Нечаева А.П. Всё о пище с точки зрения химика. Москва. «Высшая школа». 1991г. -288с., ил.
- 4.Казаринова Н.В.Здоровье дарят комнатные растения; СПб Издательский дом «Нева»,2003 – 128с,ил.

5 <http://www.sci.aha.ru/biodiv/index.htm>. - Раздел (Биоразнообразие и охрана природы) Web-атласа "Здоровье и окружающая среда".

6.Интернет-ресурсы:<http://tltmthty.ru> Элементы большой науки.

Для учащихся:

1. Акимушкин И. В мире животных М.: «Стрекоза Пресс», - 2003 – 96 с. ил.
2. Бондарчук М.М., Ковылина Н.В. Занимательные материалы и факты по анатомии и физиологии человека в вопросах и ответах.(8-10 кл.),. Волгоград: Учитель, 2007. -138с.
3. Дроздов Н.Н., Макеев А.К. Жемчужины природы – заповедники; М.: «Просвещение», 1985 – 190 с, ил.
4. Инге – вechтомов С.Г. Генетика с основами селекции М: высшая школа 1998 – 450с.,ил.
5. Калашников В. Чудеса природы. Животный мир; м.: «Белый город»,2000
6. Корытковская А.Г. Мои друзья. Рассказы о цветах; Красноярск: «Книжное издательство»,1968 – 83с., ил.
7. Михеев А.В., Пашканч К.В. Охрана природы; М.: «Просвещение»,1990 – 128с., ил.
8. Новиков В.С., Губанов И.А. школьный атлас – определитель высших растений; М.: «Просвещение», 1985 – 239с..ил.
9. Ошмарин А.П, Ошмарина В.И. Экология(школьный справочник),. Ярославль,. «Академия развития».1996 - 240с.,ил.
- 10.Пенни Пирс. Путь интуиции. М. АСТ Астрель,2006 – 302с.,ил.
- 11.Петров В. Из жизни зелёного мира; М. «Просвещение2.,1982 – 128с.,ил.
- 12.Тупикин Е.И. Общая биология с основами экологии и природоохранной деятельности. М. Издательский центр «Академия»,1999 – 370с.
- 13.Энциклопедический словарь юного биолога. Сост. М.Е.Аспиз. – М.: Педагогика,1986. – 352с.,ил.
- 14.<http://elementy.ru> Элементы большой науки.
- 15.<http://zoo-eco.zooclub.ru> Сайт для зоологов, экологов и всех любителей природы.

3. Приложения

Приложение 1

3.1. Оценочные материалы

Входной контроль

Цель: проверить качество знаний и умений учащихся.
Продолжительность тестирования—20мин.

Структура. Тестовый опрос

Аттестация(промежуточная, итоговая)позволяет не только выявить уровень усвоения детьми пройденного материала, а также спрогнозировать их возможности овладения новыми знаниями в следующем курсе обучения.

1. Большинство современных болезней человека, являются следствием:

- а) правильного питания
 - б) отдыха на свежем воздухе
 - в) загрязнения воздуха и воды +

2. Большинство современных болезней человека, являются следствием:

- А)Правильного питания б)низкого качества продуктов питания +
в)хороших условий труда

3. Над проблемой здоровья человека работает:

- а) ботаника б) география
в) медицина +

4. Ритмы жизни:

- а) активации
 - б) биоспад
 - в) биоритмы

5. Биоритм, связанный со сменой дня и ночи:

- а) сумеречный
 - б) суточный
 - + в) дневной

6. Биоритм, связанный со сменой времён года:

- а) сезонный +
 - б) годичный
 - в) временной

7. Перенапряжение человека от современного ритма жизни:

- а) возбуждение
 - б) стресс +
 - в) нервозность

8. Отдельные элементы среды обитания:

- а) экологические факторы
- +б) блоки биогеоценоза
- в) структурные элементы

9. Живая и неживая природа, окружающая растения, животных и человека:

- а) среда обитания +

б) планета Земля

в) экологическая ниша

10. Зависимость общественного здоровья прослеживается не только от уровня экономического развития общества и его типа, но и от:

а) желания человека

б) возможностей человека

в) природных факторов +

11. Один из этих показателей оказывает решающее воздействие на здоровье и состояние человека:

а) климатический

+б) врожденный

в) приобретенный

12. Один из этих показателей оказывает решающее воздействие на здоровье и состояние человека:

а) внешний

б) природный +

в) внутренний

Оценочные материалы за первое полугодие:
Итоговая аттестация

Вариант1.

1. Экологические факторы, влияющие на живой организм.

2. Показатели качества воды.

3. Дайте определение понятию «природная среда»?

4. Что в себя включает термин «здоровье»?

5. Опишите свой «режим дня»?

Вариант2.

1. Что изучает «экология человека»

2. Дайте определение понятию «социальная среда»

3. Методы исследований проб сточных и питьевых вод.

4. Перечислите виды здоровья?

5. Что в себя включает понятие «здоровый образ жизни»

Оценочные материалы за второе полугодие:

Интегрированная контрольная работа

Вариант 1

Часть 1 (16 баллов)

При выполнении заданий выберите один верный ответ из 4 предложенных. Выполнение каждого задания оценивается по 1 баллу.

1. Движение крови от сердца к органам осуществляется:

- 1) по венам; 2) капиллярам и венам; 3) артериям; 4) венам и артериям.

2. Кровь, лимфа и межклеточное вещество — это ткань:

- 1) нервная; 2) соединительная; 3) мышечная; 4) эпителиальная.

3. Створчатые клапаны в сердце регулируют движение крови:

- 1) из желудочков в предсердия; 2) предсердий в желудочки; 3) желудочков в артерии; 4) вен в предсердия.

4. Малый круг кровообращения начинается:

- 1) в правом предсердии; 2) левом предсердии; 3) левом желудочке; 4) правом желудочке.

5. В сердечном цикле длительность сокращения предсердий составляет:

- 1) 0,1с; 2) 0,4с; 3) 0,3с; 4) 0,8с.

6. Нормальное артериальное давление человека:

- 1) 100/60; 2) 120/70; 3) 150/90; 4) 180/100.

7. Наименьшая скорость движения крови:

- 1) в артериях; 2) аорте; 3) капиллярах; 4) венах.

8. Жидкая часть крови — это:

- 1) плазма; 2) лимфа; 3) цитоплазма; 4) межклеточная жидкость.

9. Артерии — это кровеносные сосуды, по которым кровь течет:

- 1) к сердцу и в малом, и в большом кругах кровообращения; 2) от сердца и в малом, и в большом кругах кровообращения; 3) в малом круге к сердцу, а в большом круге — от сердца; 4) в большом круге к сердцу, а в малом — от сердца.

10. Прибор для измерения давления крови:

- 1) манометр; 2) барометр; 3) тонометр; 4) спирометр.

11. Наибольшее давление крови наблюдается:

- 1) в венах; 2) артериях; 3) капиллярах; 4) венулах.

12. Функцию носителей наследственной информации выполняют:

- 1) белки; 2) углеводы; 3) жиры; 4) нуклеиновые кислоты.

13. К какой болезни не вырабатывается длительный иммунитет:

1) корь; 2) грипп; 3) ветряная оспа; 4) скарлатина.

14. Какая защитная реакция предохраняет организм от потери крови:

1) фагоцитоз; 2) иммунитет; 3) воспаление; 4) свертывание крови.

15. Где происходит газообмен в малом круге кровообращения:

1) клетки тела; 2) клетки кожи; 3) легкие; 4) мышцы.

16. Кости мозговой части черепа срослись:

1) подвижно; 2) полуподвижно; 3) неподвижно; 4) гибко.

Часть 2 (6 баллов)

1. Установите соответствие между типом сосуда и кругом кровообращения. Выполнение каждого задания оценивается в 2 балла.

Сосуды	Круги кровообращения
А) Аорта.	
Б) Легочные артерии.	
В) Сосуды головного мозга.	
Г) Полые вены.	
Д) Легочные вены.	1. Малый круг кровообращения. 2. Большой круг кровообращения

Впишите в таблицу цифры выбранных ответов под соответствующими буквами (цифры могут повторяться).

A	B	V	G	D

2. Установите соответствие между сосудами и видом крови, которая движется в них.

Сосуд	Вид крови
А) Верхняя полая вена.	1) Венозная кровь
Б) Легочная вена.	2) Артериальная кровь
В) Сонная артерия.	
Г) Легочная артерия.	
Д) Аорта.	

Впишите в таблицу цифры выбранных ответов под соответствующими буквами (цифры могут повторяться).

A	B	V	G	D

3. Установите последовательность этапов прохождения крови по кругам кровообращения, начиная с левого желудочка.

А) Правое предсердие;
Б) аорта;

- В) левый желудочек;
- Г) капилляры легких;
- д) левое предсердие;
- Е) правый желудочек.

Часть 3 (6 баллов)

Ответить на вопросы. Каждый правильный ответ на вопрос оценивается в 3 балла.

1. Какие изменения возникли в скелете человека в процессе антропогенеза и почему?
2. Почему регуляция функций организма человека называется нейрогуморальная?

Вариант 2

Часть 1 (16 баллов)

При выполнении заданий выберите один верный ответ из 4 предложенных. Выполнение каждого задания оценивается по 1 баллу.

- 1. Внутренняя среда организма образована:** 1) клетками тела; 2) органами брюшной полости; 3) кровью, межклеточной жидкостью, лимфой; 4) содержимым желудка и кишечника.
- 2. Эритроциты имеют форму двояковогнутых дисков, что необходимо:** 1) для плотного прилегания друг к другу; 2) замедления скорости движения их по сосудам; 3) увеличения поверхности эритроцитов; 4) дает им возможность проникать сквозь стенки кровеносных сосудов.
- 3. Какой процесс предотвращает развитие утомления в сердце?** 1) Обмен газов в капиллярах большого круга; 2) поочередное сокращение и расслабление предсердий и желудочков; 3) перенос кровью питательных веществ к клеткам; 4) образование оксигемоглобина.
- 4. Кровеносные сосуды, по которым артериальная кровь движется от сердца, — это:** 1) артерии малого круга кровообращения; 2) артерии большого круга кровообращения; 3) артерии малого и большого кругов кровообращения; 4) капилляры малого и большого кругов кровообращения.
- 5. Клетки крови которые могут захватывать чужеродные тела и переваривать бактерии, — это:** 1) эритроциты; 2) фагоциты; 3) лимфоциты; 4) тромбоциты.
- 6. К большому кругу кровообращения относятся:** 1) артерии верхних конечностей; 2) вены легких; 3) артерии легких; 4) капилляры легких.
- 7. На что указывает увеличение числа лейкоцитов в крови человека?** 1) На возникновение малокровия; 2) заболевание сахарным диабетом; 3) воспалительный процесс в организме; 4) уменьшение способности крови свертываться.
- 8. Длительность сокращения предсердий составляет:** 1) 0,1с; 2) 0,4 с, 3) 0,3с; 4) 0,8 с

9. Иммунитет человека обеспечивается способностью:

1) гемоглобина присоединять кислород; 2) крови образовывать тромб при ранениях; 3) организма усваивать органические вещества; 4) организма вырабатывать антитела.

10. К малому кругу кровообращения относятся вены:

1) печени; 2) верхних конечностей; 3) легких; 4) нижних конечностей.

11. Створчатые клапаны в сердце регулируют движение крови: 1) из желудочков в предсердия; 2) предсердий в желудочки; 3) желудочков в артерии; 4) вен в предсердия.

12. Какая из тканей выполняет защитную функцию:

1) мышечная; 2) эпителиальная; 3) нервная; 4) соединительная.

13. Сколько костей образуют скелет человека:

1)100; 2)200; 3)300; 4)400.

14. Какая защитная реакция организма предохраняет его от инфекции:

1)фагоцитоз; 2)иммунитет; 3)свертывание крови; 4)воспаление.

15. Сколько пар ребер прикрепляется к грудине:

1)8; 2)10; 3)12; 4)11.

16. Какой показатель давления свидетельствует о гипертонии:

1)120/80мм.рт.ст.; 2)100/60мм.рт.ст; 3)160/100мм.рт.ст; 4)80/40мм.рт.ст .

Часть 2 (6 баллов)

1. Установите соответствие между типом сосуда и кругом кровообращения. Выполнение каждого задания оценивается в 2 балла.

Кровеносный сосуд	Направление движение крови
А) Аорта.	1. От сердца
Б)Легочная артерия.	2. К сердцу
В) Легочная вена.	
Г) Нижняя полая вена.	
Д) Вены верхних конечностей	

Впишите в таблицу цифры выбранных ответов под соответствующими буквами (цифры могут повторяться).

A	B	V	G	D

2. Установите соответствие между способом приобретения иммунитета человеком и его видом.

Способ приобретения	Вид иммунитета

А) Передается по наследству	1. Естественный. 2. Искусственный
Б) Вырабатывается под действием вакцины	
В) Возникает после введения в организм лечебной сыворотки	
Г) Формируется после перенесенного заболевания	
Д) Передается антителами от матери к плоду	

Впишите в
таблицу цифры
выбранных
ответов под
соответствующими
буквами

(цифры могут повторяться).

А	Б	В	Г	Д

3. Определите последовательность прохождения крови по кругам кровообращения у человека, начиная с левого желудочка сердца.

- А) Правое предсердие
 - Б) аорта;
 - В) левый желудочек;
 - Г) легкие;
 - Д) левое предсердие;
 - Е) правый желудочек.

Часть 3 (6 баллов)

Ответить на вопросы. Каждый правильный ответ на вопрос оценивается в 3 балла.

1. Докажите, что нервная и гуморальная регуляция в организме человека работает как единое целое.
 2. Что значит «биосоциальная природа человека»? Раскройте это понятие.

Критерии оценивания:

1-6 баллов – отметка -1; 7 – 10 баллов – отметка -2; 11-17 баллов - отметка 3; 18 – 26 баллов - отметка 4; 27 - 28 баллов отметка 5.

Ответы:

Вариант 1

Часть 1 1-3, 2-2, 3-2, 4-4, 5-1, 6-2, 7 – 3, 8- 1, 9 – 2, 10 – 3 11 – 2, 12 -4, 13-2, 14 -4, 15 – 3, 16 -3.

Часть 2

1.

А	Б	В	Г	Д
2	1	2	2	1

2.

А	Б	В	Г	Д
1	2	2	1	2

3. В, Б, А, Е, Г, Д.

3. В, В, Т1, Вариант 2

Часть 1 1-3. 2-3. 3-2. 4-2. 5-2. 6-1. 7-1. 8-1. 9-4. 10-3. 11-2. 12-2. 13-3. 14-2. 15-2. 16-3.

Часть 2

1

ЧАСТЬ 2	1.
А	Б

1	1	2	2	2
2.				
A	Б	В	Г	Д
1	2	2	1	1

3. В, Б, А, Е, Г, Д

3.2.Методические материалы

Методические разработки (1 план-конспект занятия, 1 сценарий воспитательного мероприятия).

План-конспект занятия по внеурочной деятельности для 8 класса на тему

«Вредные привычки »

Тип занятия: комбинированный

Цель урока: сегодня вы узнаете особенности формирования и последствия влияния вредных привычек на организм человека, узнаете, что вредные привычки приравниваются к заболеваниям и трудно поддаются лечению.

УУД:

Предметные :познакомить обучающихся с определением понятия «вредные привычки», описать процесс формирования вредных привычек. Учащиеся должны знать о последствиях курения, алкоголизма, наркомании. Знать о том, что вредные привычки приравниваются к заболеваниям и трудно поддаются лечению.

Метапредметные:продолжить формирование коммуникативных навыков, умений выражать свои мысли. Развитие монологической речи, навыков взаимопроверки. Продолжить развивать умения слушать, выделять главное, отвечать на проблемные вопросы. Развивать познавательный интерес к предмету посредством дополнительных сведений. Создать условия для формирования коммуникативных компетентностей посредством: групповой дискуссии, выработки оценочных умений аргументации и адекватной самооценки.

Личностные:создать условия для усвоения морально – этических норм, обеспечивающих личностный моральный выбор (культура здорового образа жизни, отказ от курения, употребления алкоголя и наркотиков), а так же продолжать формирование сознания необходимости сохранения собственного здоровья, понимания несовместимости принятия алкоголя и здорового образа жизни.

Методы и приемы:

1. словесные методы: беседа, слово учителя;
2. метод мотивации к общению (создание эмоциональных ситуаций) и стимулирования интереса к учению;
3. наблюдение;
4. самостоятельная познавательная деятельность учащихся;
5. практический метод;
6. создание ситуации успеха.

Ход урока:

1.Организационный момент. Приветствие.

Повторение пройденного материала.

2.Сообщение темы и цели урока.

Тема урока: «Вредные привычки ».

Презентация «Вредные привычки»

Рассказ учителя:

Реализация возможностей, заложенных в человеке, зависит от его образа жизни, повседневного поведения, привычек, приобретаемых им, умения разумно распоряжаться потенциальными возможностями здоровья на благо себе, своей семье и государству.

Однако ряд привычек, которые человек приобретает еще в школьные годы и от которых потом не может избавиться в течение всей жизни, серьезно вредит его здоровью. Они способствуют быстрому расходованию всего потенциала возможностей человека, преждевременному старению и приобретению им устойчивых заболеваний. К таким привычкам в первую очередь надо отнести курение, употребление алкоголя и наркотиков.

К вредным привычкам обычно относят те из них, которые оказывают негативное влияние на здоровье человека. В первую очередь, - это курение, алкоголь, наркомания и токсикомания.

Иногда приобщение к употреблению вредных веществ – это неосознанное подражание окружающим ребенку взрослым. В ряде случаев приобщение происходит из-за слабой воли и боязни уронить свой авторитет в глазах одноклассников.

Курение табака является одной из наиболее распространенных вредных привычек. С течением времени она вызывает физическую и психическую зависимость курильщика.

Прежде всего от табачного дыма страдает легочная система, разрушаются механизмы защиты легких, и развивается хроническое заболевание — бронхит курильщика. Содержащиеся в табачном дыме радиоактивные вещества иногда способны вызвать образование раковых опухолей.

Табачный дым вредно влияет не только на курящего, но и на тех, кто находится рядом с ним. Если в семье курят оба родителя, то дети вдыхают такое количество никотина, которое получали бы, если бы сами выкуривали по 80 сигарет в год.

Жены курильщиков живут на 4 года меньше, чем жены некурящих мужчин.

Некурящему достаточно 1 час провести в накуренном помещении, чтобы в его организм попали все вредные вещества в количестве, которое содержится в одной выкуренной сигарете.

Алкоголиком может стать каждый при систематическом употреблении спиртных напитков, в том числе и пива. Ознакомимся с тем, что способен сделать алкоголь с нашим организмом.

Мозг. Алкоголь замедляет циркуляцию крови в сосудах мозга, приводя к постоянному кислородному голоданию его клеток, в результате чего наступает ослабление памяти и медленная психическая деградация.

Кишечник. Постоянное воздействие алкоголя на стенку тонкого кишечника приводит к изменению структуры клеток, и они теряют способность полноценно всасывать питательные вещества и минеральные компоненты, что заканчивается истощением организма алкоголика.

Печень. Учитывая, что 95% всего поступающего в организм алкоголя обезвреживается в печени, ясно, что этот орган страдает от алкоголя больше всего: возникает воспалительный процесс (гепатит), а затем и рубцовое перерождение (цирроз). Печень перестает выполнять свою функцию по обеззараживанию токсических продуктов обмена, выработке белков крови и другие важные функции, что приводит к неизбежной смерти больного.

Поджелудочная железа. Больные, страдающие алкоголизмом, в 10 раз больше подвержены вероятности заболеть диабетом.

Кожа. Пьющий человек почти всегда выглядит старше своих лет: его кожа очень скоро теряет свою эластичность и стареет раньше времени.

Позитивная оценка деятельности учащихся.

Проверка степени понимания.

Презентации учащихся.

Игра – тест «В мире мудрых мыслей...»

1. За чужое здоровье выпиваешь, а свое пропиваешь.
2. Начинается пьянство с легкомыслия.
3. Без ума пьет - без угла живет.
4. Водка и труд рядом не идут.
5. Река начинается с ручейка, а пьянство с рюмочки.
6. Веселая голова живет спустя рукава.
7. Нынче гуляшки, завтра гуляшки – находишься без рубашки.
8. Пей за столом, а не пей за столбом.
9. Кто в водке ищет силы, тот на краю могилы.
10. Сколько муж выпьет вина, столько жена и дети прольют слез.
11. Водка белая, но красит нос и чернит душу.
12. Когда вино входит – тайна выходит.
13. Вино веселит, да от вина голова болит.
14. Водку пить – ум топить.
15. Счастлив тот, кто вина не пьет.
16. Вино веселит сердце, да человека губит.
17. Не упивайся вином – будешь крепче умом.
18. Как хватил через край, так все пропадай.
19. Дали вина – так и стал без ума.

20. Пьяному море по колено, а лужи по уши.
21. Пей, да дело разумей.
22. Работа денежку копит, а хмель ее топит.
23. Был Иван, стал болван, а все винцо виновато.
24. Вечером пьяница, утром лентяй.

Задание: самостоятельно работая с карточкой, все пословицы, цитаты разделить по пяти разделам:

1. О причинах пьянства. (2, 5, 13).
2. Пьянство – угроза жизни и здоровью человека (1, 9, 13, 14, 16, 19, 20, 23).
3. Алкоголь и труд (4, 6, 11, 12, 18, 21, 22, 24).
4. Пьянство и семья. (3, 10, 15).
5. Народные рекомендации тем, кто употребляет алкоголь (7, 8, 17, 21).

Проверка – в паре. Шкала перевода баллов в оценку: 24-20 баллов – “5”; 19-15 баллов – “4”; 14-10 баллов – “3”

Влияние наркотиков на организм.

Влияние наркотиков на дыхание. Наркоман уже никогда не сможет дышать досыта. Он обрекает себя на пожизненное кислородное голодание (гипоксию).

Наркоманы также чаще всего умирают от остановки дыхания при случайной передозировке наркотиков. Смерть наступает уже через 5 минут после внутривенного введения наркотика. Помощь обычно не могут и не успевают оказать.

Влияние наркотиков на сердечнососудистую систему.

Функции всех клеток слабеют, они и весь организм дряхлеют, как в глубокой старости. Наркоман уже не может развить достаточно больших усилий, справляясь с привычным объемом работы. Старческие изменения в юном возрасте никак не добавляют радостей в жизни.

Влияние наркотиков на систему пищеварения. У наркоманов уменьшаются все вкусовые и обонятельные ощущения. Они уже не могут в полной мере получать удовольствия от пищи. Обычно наркоманы имеют дефицит веса. Наркотики вызывают спазм гладкомышечных сфинктеров кишечника. В результате этого задерживается переход каловых масс из одного отдела в другой. Возникают запоры на 5-10 дней. Каловые массы задерживаются в кишечнике на 10 дней. Процессы гниения и разложения в кишечнике все время продолжаются.

Образующиеся токсины всасываются в кровь и разносятся по всему организму, повреждают клетки, вызывают их старение и гибель. У наркоманов всегда плохой цвет и запах кожи. В палатах с наркоманами стоит неприятный специфический запах.

Влияние наркотиков на репродуктивную систему. По многим механизмам при наркоманиях угнетаются половые потребности и возможности. У наркоманов обычно не бывает детей, часто рождаются дети с уродствами.

Наркоманы очень часто заражаются гепатитом и ВИЧ.

Наркоманы живут в среднем 5 лет — Меньше чем больные ВИЧ-инфекцией и раком.

Трагедия наркоманов заключается в том, что они добровольно попали в рабскую зависимость от наркотических веществ, может быть, потому, что в первый раз постеснялись отказаться от пробы наркотика.

Воспитайте в себе твердость при отказе попробовать наркотическое вещество, кто бы вам его не предлагал.

3. Закрепление учебного материала

Фронтальный опрос:

1. Какие заболевания могут являться следствием курения?
2. Что такое «пассивное» курение?
3. Должны ли люди равнодушно относиться к курению?
4. Почему не следует считать «привычками» привыкание к курению, употреблению алкоголя и наркотиков?
5. Что такое наркомания и наркотическая зависимость?
6. Как развивается наркотическая зависимость в организме человека при употреблении им наркотических веществ?
7. Почему привыкание к употреблению алкоголя можно считать наркоманией?
8. К каким последствиям приводит курение, употребление алкоголя и наркотиков?
9. Считаешь ли ты необходимой борьбу за здоровый образ жизни уже со школьных лет, или это – только для взрослых?

Творческое задание:

Какие вы можете предложить меры для предупреждения зависимости среди школьников?

- Запретить продажу сигарет и алкоголя вообще или до 21 года.
- Запретить рекламу сигарет.
- Запрет со стороны родителей.
- Введение штрафов за курение и распитие алкогольных напитков в общественных местах.
- Получать достоверную информацию о вреде.
- Принятие самостоятельного решения: да или нет!

4. Этап обобщения. Итоги .

Цель занятия – содействие формированию ЗОЖ – достигнута. Поднимите руки, кто готов задуматься о выборе здорового образа жизни, об отказе от соблазна. Давайте подведем итог. Какие вы сделали выводы ?

Лучший способ борьбы с вредными соблазнами – никогда не брать в рот сигарету, не употреблять алкогольные напитки, не пробовать психоактивные и наркотические вещества.

Для того, чтобы быть здоровым, счастливым и веселым, лучше заниматься любимым делом: тренировать свое тело, петь, рисовать, вышивать, ходить в походы, на концерты, посещать театры, читать книги, дружить...

Творческое задание:

1 уровень - спросите у ваших родных и близких, как они понимают ответственность и нарисуйте человека до и после появления зависимости от вредных привычек.

2 уровень - если у вас сформировалось твёрдое и однозначное желание не попасть в наркотическую зависимость, какие бы вы внесли изменения в свой образ жизни?
Сформулируйте их, запишите в тетрадь и постарайтесь следовать им.

Сценарий внеклассного мероприятия 8 класс

Тема: «Здоровый образ жизни»

Цели:

- *раскрыть понятие здоровый образ жизни,*
- *определить условия сохранения здоровья,*
- *формировать у учащихся убеждения о пользе здорового образа жизни и о здоровье как самой главной ценности.*
- *активизировать мыслительную и познавательную деятельность учащихся.*
- *развивать интерес.*

Методы : словесный, наглядный, игровые моменты.

Форма организации деятельности учащихся: коллективная, групповая.

Оборудование: мультимедиа проектор; слайды, вопросы для команд, карточки с заданиями, «чёрный ящик».

Межпредметные связи: история, биология, литература.

Ход занятия.

1. Вступительная часть. Определение понятия здоровый образ жизни.

**2. Основная часть занятия. Составляющие здорового образа жизни.
(Показ слайдов)**

3. Игровая часть

конкурс «Мозговой штурм».

Конкурс «Да или нет»

Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет».

Игра «Чёрный ящик».

4. Итоговая часть. Притча.

5. Заключительное слово.

Внеклассное мероприятие "Здоровый образ жизни" 8 класс

Цели:

- раскрыть понятие здоровый образ жизни,
- определить условия сохранения здоровья,
- формировать у учащихся убеждения о пользе здорового образа жизни и о здоровье как самой главной ценности.

Ход занятия

1. Вступительная часть. Определение понятия здоровый образ жизни.

«Здоровый образ жизни» – это словосочетание в последнее время слышится очень часто. Об этом решили поговорить и мы, выбрав тему нашей познавательно-развлекательной игры – Здоровый образ жизни.

Однажды Сократа спросили: «Что является для человека наиболее ценным и важным в жизни – богатство или слава?» Великий мудрец ответил: «Ни богатство, ни слава не делают ещё человека счастливым. Здоровый нищий счастливее больного короля!»

2. Основная часть занятия. Раскрытие понятия здоровый образ жизни.

О здоровье мы сегодня поговорим с вами.

– Какого человека называют здоровым? (*Сильного, крепкого, он не болеет, физически и психически благополучен.*)

– Чтобы быть здоровым, необходимо вести **здоровый образ жизни**.

– По каким признакам мы узнаем, что человек ведет здоровый образ жизни? (*Человек занимается спортом, не имеет вредных привычек, соблюдает режим дня, не болеет, правильно питается.*)

Здоровый образ жизни — образ жизни отдельного человека с целью профилактики болезней и укрепления здоровья.

.Элементы здорового образа жизни

В узко биологическом смысле речь идет о физиологических адаптационных возможностях человека к воздействиям внешней среды и изменениям состояний внутренней среды. Авторы, пишущие на эту тему, включают в «здоровый образ жизни» разные составляющие, но большинство из них считают базовыми:

- воспитание с раннего детства здоровых привычек и навыков;

- окружающая среда: безопасная и благоприятная для обитания, знания о влиянии окружающих предметов на здоровье;
- отказ от вредных привычек: курения, употребления наркотиков, употребления алкоголя.
- питание: умеренное, соответствующее физиологическим особенностям конкретного человека, информированность о качестве употребляемых продуктов;
- движения: физически активная жизнь, включая специальные физические упражнения (см., например, фитнес), с учётом возрастных и физиологических особенностей;
- гигиена организма: соблюдение правил личной и общественной гигиены, владение навыками первой помощи;
- закаливание.

Прежде, чем приступить к второй части мероприятия, мы должны познакомиться с жюри, которому предстоит нелегкая работа – выявить сильнейших!

конкурс «Мозговой штурм».

Командам предлагаются вопросы, в ответах которых они должны сделать правильный выбор, при этом обсудив их. Ну, а коли это штурм, то все должно происходить быстро. (см. Приложение 1)

Конкурс «Да или нет»

Вам я буду зачитывать некие утверждения, а ваша задача согласиться с ними или опровергнуть, сказать «да» или «нет» и по возможности давать пояснения к своим ответам. (см. Приложение 2)

(Ведущий задает вопросы, ребята отвечают.)

Перед тем как жюри будет подводить итоги (за каждый правильный ответ – один балл), я познакомлю команды с третьим конкурсом.

Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет».

Из списка выбрать полезные и вредные продукты.

Объяснить свой выбор.

(Рыба, кефир, геркулес, подсолнечное масло, морковь, торты, сникерс, яблоки. чипсы, фанта, лук.)

Игра «Чёрный ящик».

Угадать какое гигиеническое средство, хорошо знакомое, находится в чёрном ящике, в которое часто добавляют один из важнейших микроэлементов.

(зубная паста с фтором)

Пока жюри подводит итоги, предлагаю вам послушать притчу.

Причта.

В одной далекой стране жил мудрец, на многие вопросы он знал ответы, и сотни людей приходили к нему за советом и помощью. В той же стране жил молодой человек, который, совсем недавно был еще ребенком и только начинал свой жизненный путь. Но он-то думал, что все уже знает, многое умеет, и чужих советов слушать ему не надо. Решил он провести мудреца – поймал бабочку, зажал её между ладонями и спросил мудреца: «Что у меня в руках – живое или неживое?» Если мудрец ответил бы «живое», он сильнее сдавил бы руки, бабочка бы умерла, и мудрец оказался бы не прав, а если мудрец ответил бы "неживое", молодой человек разжал бы руки, бабочка выпорхнула, а мудрец снова был бы не прав. Но когда молодой человек подошел к мудрецу и задал свой вопрос, старый человек внимательно посмотрел на него и сказал: «Все в твоих руках»...

Относительно здоровья каждого можно сказать: «Все в твоих руках...». Надеюсь, что знания, полученные в этой игре, найдут свое продолжение в вашей жизни.

(Озвучиваются итоги конкурса. Проводится награждение команд.)

1. Итоговая часть.

Заключительное слово ведущего.

Хорошее здоровье – один из главных источников счастья и радости человека, неоценимое его богатство, которое медленно и с трудом накапливается, но которое можно быстро и легко растерять.

Накапливайте и берегите своё здоровье, учитесь этому у окружающих людей; занимайтесь любимым делом, проводите каждую минуту жизни с толком, с пользой для себя и других! Будьте здоровы и счастливы!

Приложение1:

Вопросы для команд

Продолжи:

- Кто из русских правителей запретил курение? (Иван Грозный или царь Михаил Фёдорович)
- Капля никотина убивает ... (лошадь или муху)
- Продолжите “Много вина - мало... (ума или денег)
- Кто из европейских путешественников впервые увидел курящих людей? (Васко да Гамма или Христофор Колумб)
- Что разрушает вирус иммунодефицита? (иммунную систему или выделительную систему)

- Известный хирург Фёдор Углов утверждал, что после приёма спиртного в коре головного мозга остаётся ... (кладбище нервных клеток или заряд бодрости и веселья)
- Существует ли вакцина против СПИДа и ВИЧ-инфекции? (нет или да)
- Продолжи “Муж пьёт - полдома горит, жена пьёт - весь ... (дом горит)
- Что поражается у курильщика, прежде всего? (сосуды или легкие)
- Никотин - это яд, который особенно влияет на... (рост или зрение)

Продолжи:

- Что делали по закону, который издал китайский император Ву Вонг в 1220 году, уличенным в пьянстве? (подвергали смертной казни или изгоняли из страны)
- В каком слове увековечил свое имя Жак Нико? (никотин)
- Продолжите “Хлеб на ноги ставит, а вино... (валит)
- Образование раковых опухолей у курильщика вызывают содержащийся в сигарете... (никотин или радиоактивный полоний)
- Болезнь, которую называют “чумой XX века”? (рак или СПИД)
- Наркотики – это химические вещества, оказывающие воздействие на... (нервную систему или органы пищеварения)
- Сколько вредных веществ попадает в организм человека при курении? (около 10 или около 30)
- Смола, образующаяся при сгорании табака, вызывает... (отравление или опухоли)
- Какую проблему обостряет рост наркомании? (гриппа или СПИДа)
- Какое воздействие оказывает алкоголь на центральную нервную систему? (положительное или отрицательное)

Продолжи:

- Рак легкого у курящих встречается чаще, чем у некурящего... (в 30 раз или 15 раз)
- Кому из русских поэтов принадлежат слова: “Человек пьющий ни на что не годен”? (М.Ю. Лермонтову или А.С. Пушкину)
- “Наркотик” - греческое слово. Что оно означает? (одурманивающий или привлекающий)
- Какому народу принадлежит такая поговорка: “Внешность человека отражается в зеркале, а душа – в водке”? (корейскому или русскому)
- Кто из мировых знаменитостей стал жертвой пагубной страсти к наркотикам? (Элвис Пресли или Арнольд Шварценеггер)

- Назовите болезнь заядлых курильщиков? (кашель или бронхит)
- Во сколько раз смертность детей в пьющих семьях выше, чем в непьющих? (в 2 раза или в 3 раза)
- Что помогает сохранить и укрепить здоровье людей? (спорт, ЗОЖ)
- Во сколько раз увеличилась смертность детей от передозировки наркотиками?(в 42 раза или в 17 раз)
- Какое количество табачного дегтя содержится в 1 кг табака, который человек выкуривает за месяц? (70 мл. или 90 мл.)

Приложение 2.

Мозговой штурм для зрителей

- 1.Наше тело состоит из клеток (Да.)
2. Год назад у тебя было такое же количество клеток, как сейчас. (Нет.)
3. Кровь разносит питательные вещества по всему телу. (Да.)
4. Нужно чистить не только зубы, но и язык. (Да.)
5. Полезно грызть орехи, леденцы. Это укрепляет зубы. (Нет.)
6. Микроны боятся мыла. (Да.)
7. Расческой должен пользоваться только один человек. (Да.)
8. Зарядка — это источник бодрости и здоровья. (Да.)
9. После активного бега необходимо сразу же садиться на скамейку. (Нет.)
- 10.Весной яблоки далеко не так полезны, как осенью. (Да.)
- 11.Не следует, погревшись на солнце, сразу лезть в воду. (Да.)
- 12.После дождя воздух делается чище. (Да.)
- 13.Жвачка сохраняет зубы. (Нет.)
- 14.От курения ежегодно погибает более 10 тыс. человек. (Да.)
- 15.Бананы поднимают настроение. (Да.)
- 16.Морковь замедляет процесс старения организма. (Да.)
- 17.Есть безвредные наркотики. (Нет.)
- 18.Отказаться от курения легко. (Нет.)
- 19.Молоко полезнее йогурта. (Нет.)

20. Взрослые чаще, чем дети, ломают ноги. (Да.)
21. Недостаток солнца вызывает депрессию. (Да.)
22. Летом можно накопить в организме запас витаминов на целый год. (Нет.)
23. Полезно бывать на свежем воздухе. (Да.)
24. Мы мигаем каждые 6 секунд, и при этом каждый раз глаз омывается слезой. (Да.)
25. Зубы мудрости есть только у мудрых людей. (Нет.)
26. Нужно есть каждый день в определенные часы. (Да.)
27. Между приемами пищи должно проходить хотя бы несколько часов. (Да.)
28. После горячего чая можно сразу есть мороженое. (Нет.)

Приложение3:

Вопросы

1. Тому, кто начинает каждое утро с этого действия, надо в два раза меньше времени, чтобы собраться и настроиться на рабочий лад. Что это за действие? (Зарядка.)
3. Если вы не соблюдаете это, то пропадает аппетит, уходит сон, уменьшается работоспособность. (Режим дня.)
4. В этом состоянии люди проводят треть своей жизни, а в древнем Китае одной из страшнейших пыток было лишение человека этого состояния. (Сон.)
5. Эти органические вещества необходимы человеку и животным. Они в большом количестве содержатся в овощах и фруктах. Что это такое? (Витамины.)
6. Эти «отважные воины» в организме человека смело бросаются в бой с болезнетворными бактериями и убивают инфекцию. Что это за «воины»? (Антитела.)
7. Как называется жидкость красного цвета, которая обеспечивает питание клеток и обмен веществ в организме? (Кровь.)
8. В организме человека имеется стержень, который состоит из 33 костей с дисками. Как он называется? (Позвоночник.)
9. Как по-другому называется подбор кушаний, блюд для обеда, завтрака, ужина, а также листок с перечнем блюд? (Меню.)
10. Какие растения являются главным источником сахара? (Сахарная свекла, сахарный тростник.)
11. Как по-другому назвать зубного врача? (Стоматолог.)
12. Как называется то, чем заделывают дыру в зубе? (Пломба.)

13. Как называется врач — специалист по глазным болезням? (Окулист.)
14. Как называется жидккая часть крови? (Плазма.)
15. Как называется наука о строении организма человека? (Анатомия.)
16. Мыльная душистая жидкость, употребляемая для мытья головы — это... (Шампунь.)
17. В конце обеда всегда подаются сладкие блюда, конфеты, фрукты. Как это называть одним словом" (Десерт.)
18. Чтобы предупредить распространение заразных заболеваний больных изолируют от окружающих. Как это называется? (Карантин.)
19. Мельчайший микроорганизм, который является возбудителем заразных заболеваний. (Микроб.)
20. Как по-другому называется душистый, приятный запах? (Аромат.)
21. Как называется запаянный стеклянный пузырек с лекарством? (Ампула.)
22. Кто является основоположником научной медицины? (Гиппократ)
23. Как по-другому называют лицевые мышцы, с помощью которых мы
24. выражаем свое настроение. (Мимические.)
25. Обычные люди их едят, а боксеры предпочитают их бить. (Груши)
26. Эта болезнь проявляется в том, что человек в состоянии ночного сна поднимается с постели, начинает ходить по помещению. Как она называется? (Лунатизм.)
27. Какая музыка может вызвать у подростков рассогласование деятельности мозга, повысить возбудимость и нервозность? (Рок.)
28. Из какой тарелки не пообедаешь? (Из пустой.)
29. Какую воду в решете можно носить? (Замерзшую.)
30. Сколько яиц можно съесть натощак? (Одно, второе будет уже не натощак.)
31. Какой болезнью никогда не болеют на земле? (Морской.)
32. Как называется совокупность наук о болезнях человека, их предупреждении и лечении? (Медицина)
33. Как можно назвать человека, который страдает болезненным влечением к употреблению наркотиков? (Наркоман.)
34. Как называется сладкий сок, выделяемый цветами? (Нектар.)
35. От каких растений, которые растут почти у каждого дачника в огороде, в пищу идут в основном листья? (Петрушка, щавель, укроп, капуста.)

36. Как называется травянистое растение со съедобными листьями кислого вкуса? (Щавель.)
37. Как называется внезапная потеря сознания вследствие болезненного состояния или душевного потрясения? (Обморок.)
38. Как называются огородные плоды и зелень, которые мы употребляем в пищу? (Овощи.)
39. Самое ядовитое вещество в табаке — это... (Никотин.)
40. Как называется жидкое лекарство из смеси нескольких веществ? (Микстура.)
41. Как называется хирургический нож? (Скальпель.)
42. Как называет больного враch, который его лечит? (Пациент.)
43. Какой витамин содержится в большом количестве в лимоне? (Витамин С.)
44. Какую болезнь называют чумой XX века? (СПИД.)
45. Какой газ, выделяемый животными, используют растения? (Углекислый газ.)
46. Назовите занятие, которое представляет собой естественный массаж, повышает тонус мышц и улучшает работу сердца. (Плавание.)
47. Какой элемент абсолютно необходим для функционирования щитовидной железы? (Йод.)

Нельзя в наше время считать себя культурным человеком, не умея ориентироваться в своем самочувствии, функционировании своего организма, не умея сознательно воздействовать на его функции средствами физической культуры, природными факторами.

Игра «Что разрушает здоровье, что укрепляет».

Из списка выбрать полезные и вредные продукты.

Объяснить свой выбор.

(Рыба, кефир, геркулес, подсолнечное масло, морковь, торты, сникерс, яблоки, чипсы, фанта, лук.)

Игра Собрать нар. пословицы и поговорки о ЗОЖ

Объяснить значение поговорок:

- | | |
|---|---|
| 1. Болезнь не красит человека, а старит. | 3. В здоровом теле - здоровый дух. |
| 2. Где здоровье, там и красота. | 4. Больна жена мужу не мила |

Приложение 3

3.3. Календарно-тематическое планирование

«ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ГРАМОТНОСТЬ. БИОЛОГИЯ В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ»

Группа №1

Дни занятий: _____

1 год обучения, количество часов в год- 34

Таблица 5

3.	<p>Теория : Занятие № 1.Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления.</p> <p>Практика : Занятие № 2.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</p>	1		Фильм «Тайны воды». Рассмотрение под микроскопом воды из «стоячего водоема». Фильтрация воды с помощью угля, гальки и натуральной ткани	
----	---	---	--	---	--

3. Экстремальные факторы(3ч.)

4.	<p>Теория (1 ч.): Занятие №1.Влияние перегрузок и невесомости на организм человека.</p> <p>Практика (2 ч.)</p> <p>Занятие № 2.Электрические и магнитные поля и их влияние на человека.</p> <p>Занятие № 3. Радиация. Рентгеновское излучение.</p>	1			Выполнение теста по определению своего хронобиологического типа.	
----	---	---	--	--	--	--

4. Режим дня. (2 ч.)

4	<p>Теория : Занятие № 1.Режим дня. Биологические ритмы.</p> <p>Практика: Занятие № 2. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна.</p>	1	1		мини-проект «Разработка собственного режима дня»	
---	---	---	---	--	--	--

5.Вредные привычки (3 ч.)

5	<p>Теория : Занятие № 1.Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Занятие №2 Табакокурение. Электронные сигареты - вредно или нет.</p> <p>Практика : Занятие № 3. Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.</p>	2			Творческая работа-выпуск стенгазеты «Мы - за здоровый образ жизни!»	
		1				

6. Влияние физкультуры и спорта на организм человека(2ч.)

6	<p>Теория): Занятие №1.Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.</p> <p>Практика : Занятие №2. Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.</p>	1			Спортивная игра – эстафета «Смелые, быстрые ,ловкие»	
---	---	---	--	--	--	--

7. Питание и здоровье (2 ч.).

7. Питание и здоровье (1-1).				
	Теория : Занятие № 1. Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.	1		Занимательное тестирование «Что вы за фрукт?».
7	Практика : Занятие № 2. Химический состав пищи. Калорийность. Составление индивидуального	1		

11	Практика: Причины возникновения и симптомы гемофилии, дальтонизма, синдрома Дауна.	1		Занятие-конференция «Тайны генетики»	

12 Уход и профилактика болезней кожи. (3 ч.)

12	Теория: Причины, профилактика и симптомы дерматита, герпеса, меланомы, псориаза, грибковых заболеваний. Практика: Занятие № 2. Обморожения и ожоги их классификация Занятие № 3. Уход за кожей. Способствует ли солярий развитию рака кожи. Какой должна быть подростковая косметика. Уход за ногтями и волосами	1 2		Подготовка рефератов, сообщений «Болезни кожи»	

13. Народная медицина. (2 ч.)

13	Теория : Занятие №1. Народная медицина сегодня. Лечебные травы и их влияние на организм человека. Можно ли лечить болезни с помощью массажа, показания для массажа Практика : Занятие № 2. Исследовательская работа:«Изучение лечебных свойств некоторых растений и их влияние на организм человека»	1 1		Составление фотоальбома или презентации о лекарственных растениях	

14. Гигиена полости рта (2 ч.)

14	Теория : Занятие № 1. Признаки и симптомы	1		Экскурсия в амбулатории	

	кариеса и пульпита, уход за полостью рта. Практика : Занятие №2. Зубные инфекции с воспалительным процессом: абсцесс и флегмона	1		ю в стоматологический кабинет	
--	---	---	--	-------------------------------	--

15. Основные болезни сердечно - сосудистой системы. (2 ч.)

15	Теория : Занятие № 1. Возрастные изменения в сердечно - сосудистой системе, Изменение кровообращения. Кровотечения, оказание первой помощи Практика : Занятие № 2. Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии. Клиника и признаки заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, артериосклероза.	1		Приемы оказания первой доврачебной помощи при сердечном приступе	
----	--	---	--	--	--

16. Итоговое занятие (2ч.)

16	Защита проектов Теория : выбор темы проекта Практика : защита проектов, обсуждение, подведение итогов	1		Защита проектов «Программа моего здоровья»	
----	---	---	--	--	--

Приложение 4

Таблица 6

3.4. Лист корректировки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ГРАМОТНОСТЬ. БИОЛОГИЯ В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ»

Дата внесения изменений	На основании / в соответствии	Внесённые изменения (в каком разделе программы).	Кем внесены изменения (Ф.И.О. подпись)
в 2024-2025 учебном году	Внесены изменения в НПА данной программы в соответствии с требованиями к структуре дополнительных общеобразовательных программ. Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;	Пояснительная записка.	Педагог дополнительного образования

Приложение 5

Таблица 7

3.5. План воспитательной работы

ВЫПИСКА ИЗ ПЛАНА ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ (мероприятия, соответствующие направленности программы)

Тематика классных часов

№	Тема	Дата
1	«Курить – здоровью вредить»	
2	«Культура питания»	
3	«Алкоголь и наркотики – враги человечества»	
4	Классный час, ролевые игры на правовую тематику (профилактика нарушений ТБ, соблюдению правил поведения в школе, на улице)	
5	« Безопасность школьников в сети Интернет»	
6	Классный час: «Почему меня не понимают»	
7	Внеклассное мероприятие «Скажи жизни «ДА!» .Моё здоровье – моё будущее»	
8	Информационный урок« Ты- особенный!	
9	«Права и обязанности гражданина и человека»	
10	Выпуск информационных буклетов «Лес – наше богатство»	
11	Классный час, ролевые игры на правовую тематику (профилактика нарушений ТБ, соблюдению правил поведения в летнее время)	

