




Муниципальное бюджетное вечернее (сменное) общеобразовательное учреждение  
вечерняя (сменная) общеобразовательная школа № 185

РАССМОТРЕНО:  
на заседании ШМО  
протокол № от 31.08.2019г  
 Казакова Л.П.

СОГЛАСОВАНО:  
зам. директора по УВР  
 Ситникова Л.Л.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБВ(С)ОУ В(С)ОШ №185  
В.М. Виноградова  
Приказ № от 31.08.2019г  


## Программа внеурочной деятельности «Секретные материалы о твоём здоровье»

Направление: общеинтеллектуальное  
Возраст школьников: 9 класс  
Составитель: Семенцова М.В., учитель биологии

г. Екатеринбург

## **Пояснительная записка.**

Программа внеурочной деятельности предусматривает 35 часов (1 раз в неделю). Она рассчитана на вариативное применение в зависимости от решаемых педагогических, жизненных задач, уровня активности, заинтересованности и включения в нее обучающихся.

Значительную роль в развитии обучающихся играет внеурочная деятельность, выбираемая самими учащимися. Внеурочная деятельность поддерживает и углубляет базовые и профильные дисциплины.

Концепция представляемой программы состоит в том, что в ее содержании предусмотрена реальная практико-ориентированная деятельность обучающихся по экологической оценке окружающей среды, предоставляющая широкие возможности для саморазвития учащихся, выполнения ими социально значимых проектов и реального улучшения экологического состояния своего окружения. Эта деятельность будет способствовать социализации школьников, становлению их гражданственности и активной жизненной позиции.

**Цель курса:** в процессе изучения ближайшего окружения способствовать формированию у обучающихся ответственного, экологически грамотного поведения в природе и обществе как социально и личностно значимого компонента образованности человека, осознания неразрывной связи человека с природой, овладение знаниями о здоровье:

1. расширить знания обучающихся о наследственной изменчивости, генетическом коде, родословной живых организмов;
2. Углубление теоретических знаний по генетике;
3. Овладение знаниями, умениями наблюдать и оценивать состояние здоровья, наследственности, образа жизни и окружающей среды, пользуясь измерениями и опытами, истолковывая данные и форму, анализируя гипотезы и рабочие определения;
4. Эмоциональное отношение к окружающему миру, восприятие и отношение к нему, как значимому условию своего собственного развития, условию существования всего многообразия жизни и культуры на планете;

### **Задачи:**

1. Формирование у школьников экологического мышления и навыков здорового образа жизни на основе умелого владения способами самоорганизации жизнедеятельности;
2. Приобретения школьниками опыта разнообразной практической деятельности, опыта познания и самопознания в процессе изучения окружающего мира;

3. Воспитание гражданской ответственности и правового самосознания, самостоятельности и инициативности учащихся через включение их в позитивную созидательную экологическую деятельность

### **Результаты освоения внеурочной деятельности «Секретные материалы о твоём здоровье»:**

#### **Личностные:**

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование универсальных учебных действий; развитию творческого мышления учащихся.
- знание основных принципов и правил отношения к живой природе, основ здорового образа жизни и здоровье сберегающих технологий;
- формирование коммуникативной компетенции в общении и сотрудничестве со сверстниками и педагогами;
- формирование познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение природы; экологического мировоззрения, экологической нравственности, гражданской ответственности и равнодушия к проблемам окружающего мира;

#### **Метапредметные:**

- овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности, включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения
- способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ-компетенции).
- умение осознанно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции: сравнивать разные точки зрения, аргументировать и отстаивать свою точку зрения;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе

согласования позиций и учета интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

- овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности, включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям, классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;

### **Предметные:**

- формирование и систематизация знаний учащихся об особенностях строения и функционирования клетки, как структурной единице живого, особенностях клетки растений;

- освоение учащимися приёмов оказания первой помощи при отравлении ядовитыми растениями, обработке ран, остановке кровотечений, при простудных заболеваниях.

- формирование основ экологической грамотности: способности оценивать последствия деятельности человека в природе, влияние факторов риска на здоровье человека;

- умение выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих;

### **Содержание:**

#### **Введение (3 часа).**

«Здоровье и болезнь». «Здоровье и факторы риска болезни». Анкетирование.

#### **I. Здоровье и наследственность (5 часов).**

«Место человека в системе животных.», «Стресс - наследственная реакция адаптации», «Носители наследственности, «Кто «виноват», что родилась девочка?», «Наследственные болезни», «Диагностика и лечение, предупреждение наследственных болезней».

#### **II. Среда жизнедеятельности человека (6 часов).**

«Природная среда - источник инфекционных заболеваний», «Космос и здоровье», «Совы» и «жаворонки», или природа биологических ритмов. Погода и самочувствие», «Поселение как среда жизни. Среда жилого помещения», «Пищевые отравления. Предупреждение и первая помощь», «Ознакомление с фитонцидными растениями и выявление возможности их использования в интерьере».

#### **III. Природная среда теряет свои экологические свойства (7 часов).**

«Загрязнение атмосферы», «Опасность химического отравления»,

«Организм защищается от загрязнений», «Радиация и здоровье», «Как измерить радиацию», «Измерение уровня шума», «Очистка воды из природных источников»

#### **IV. Здоровый образ жизни (12 часов)**

«СПИД - коварная болезнь», «Культура питания. Культура движения», «Алкоголизм - болезнь химической зависимости», «Табакокурение», «Физическая и духовная красота человека в русском искусстве», «Определение обеспеченности организма человека витаминами и микроэлементами», «Изучение устойчивости витамина С», «Влияние никотина на ферменты слюны», «Планирование семьи», «Наркотики, зависимость и последствия», «Сказать наркотикам: «НЕТ!»», «Всемирный День здоровья». Заключительное занятие. Анкетирование (1 час)

#### **Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности «Секретные материалы о твоём здоровье» 35 часов, 1 час в неделю**

№п/п	Наименование тем курса	Кол-во часов
	<b>Введение, 3 часа</b>	
1	Здоровье и болезнь.	1
2	Здоровье и факторы риска болезни.	1
3	Анкетирование	1
<b>I</b>	<b>Здоровье и наследственность, 5 часов</b>	
4	Место человека в системе животных.	1
5	Стресс - наследственная реакция адаптации.	1
6	Носители наследственности	1
7	Наследственные болезни	1
8	Диагностика, лечение и предупреждение наследственных болезней.	1
<b>II</b>	<b>Среда жизнедеятельности человека, 7 часов</b>	
9	Природная среда-источник инфекционных заболеваний	1
10	Космос и здоровье.	1
11	«Совы» и «жаворонки», или природа биологических ритмов	1
12	Поселение, как среда жизни. Среда жилого помещения.	1
13, 14	Пищевые отравления. Предупреждение и первая помощь.	2
15	Ознакомление с фитонцидными растениями и выявление возможности их использования в интерьере.	1
<b>III</b>	<b>Природная среда теряет свои свойства, 7 часов</b>	

16	Загрязнение атмосферы, гидросферы.	1
17, 18	Опасность химического отравления. Организм защищается от загрязнений	2
19, 20	Ионизирующие излучения. Радиация и здоровье.	2
21	Влияние шумов на здоровье.	1
22	Очистка воды из природных источников.	1
<b>IV</b>	<b>Здоровый образ жизни, 12 часов</b>	
23	СПИД - коварная болезнь.	1
24	Культура питания. Культура движения.	1
25	Алкоголизм -болезнь химической зависимости.	1
26, 27	Табакокурение.	2
28	Наркотики, зависимость и последствия.	1
29	Как сказать наркотикам: «Нет!»	1
30	Физическая и духовная красота человека в русском искусстве.	1
31	Определение обеспеченности организма человека витаминами и микроэлементами.	1
32	Изучение устойчивости витамина С.	1
33	Влияние никотина на ферменты слюны.	1
34	Всемирный День здоровья.	1
35	Заключительное занятие. Анкетирование.	1