

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ

«Средняя общеобразовательная школа № 6»

Рекомендовано
Педагогическим советом
Протокол № 1
от «30» августа 2021



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 6
Ляпина Л. А.
Приказ № 89
от «30» августа 2021 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ЮНЫЕ ВРАЧИ, 10 КЛАССЫ»

Направленность: *естественнонаучная*

Уровень: *стартовый*

Возраст: *15 - 16 лет*

Срок реализации: *1 год*

Автор-составитель:

педагог дополнительного образования

Муталимова Виктория Евгеньевна

г. Мытищи

2021 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Новизна программы состоит в том, что она направлена не столько на углубление теоретических знаний, а в большей степени на развитие практических навыков и умений.

Актуальность

В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов биологического образования относится биология человека, которая занимает особое место в связи с уникальностью человека как объекта изучения. Анатомия и физиология -это науки, изучающие биологическую сущность человека, являются фундаментом для медицины. Важное место анатомии и физиологии человека как учебного предмета в системе профильного медико-биологического образования определяется ее значением в формировании правильных представлений учащихся о строении, закономерностях и механизмах физиологических процессов организма человека, развитии навыков здорового образа жизни. Данный курс, являясь одним из звеньев профильного биологического образования, имеет мировоззренческую значимость, способствует осмысленному выбору учащимися в будущем профессии врача.

Педагогическая целесообразность

Концептуальной основой содержания программы является неразрывная связь особенностей строения организма человека с функциями и процессами, протекающими в нем, предусмотрена реальная практико-ориентированная деятельность обучающихся по оценке своего здоровья, предоставляющая возможности для самопознания, саморазвития учащихся. Программа рассчитана на вариативное применение в зависимости от решаемых педагогических, жизненных задач, уровня активности, заинтересованности и включения в нее обучающихся. Ее содержание направлено на выработку у подрастающего поколения положительных социальных качеств личности: уверенности в себе, определение своего профессионального пути, выносливости, самообладания, желание укрепить свое здоровье, рационально использовать природный потенциал своего организма.

Программа адресована учащимся 10 классов медико-биологического цикла на естественнонаучном профиле и рассчитана на 72 учебных часа.

Цели:

1. Углубление и расширение знаний по изучению организма человека, укреплению и сохранению его здоровья.
2. Развитие познавательных интересов обучающихся.
3. Целенаправленная профессиональная ориентация учащихся выпускных классов.

Задачи:

- развивать умения и навыки, направленные на сохранение и укрепление здоровья;

- знакомство с гигиеническими аспектами и привитие навыков здорового образа жизни;
- предоставить учащимся возможность применять биологические знания на практике при решении биологических задач, формировать умения и навыки здорового образа жизни, необходимые в повседневной жизни;
- применять полученные знания на практике для сохранения здоровья;
- при помощи лекционных и практических занятий закрепить, систематизировать, углубить знания учащихся об оказании первой медицинской помощи, профессии врача;
- воспитывать ответственное отношения человека к природе и к здоровью человечества.

Формы организации процесса:

- групповые;
- индивидуально-групповые;
- фронтальные;
- практические работы.

Планируемые результаты

В процессе изучения программы учащиеся приобретают следующие **знания**:

- медицине, объекте, задачах, этапах развития анатомии, физиологии и психологии человека как наук;
- важнейшие заболевания человека, их причины, симптоматику, предупреждение, пути лечения;
- взаимосвязь строения, функций и гигиены различных органов и систем человеческого организма;
- важнейшие характеристики здорового образа жизни.

На основе перечисленных знаний формируются конкретные **умения**:

- устанавливать причинно-следственные связи между внешними и внутренними факторами и заболеваниями;
- доказывать вредное влияние табакокурения, алкоголя, наркотиков, стрессов, неправильных диет и т.д. на здоровье человека;
- оценивать гигиенический климат помещения, проводить исследования пищевых продуктов и другие санитарные пробы;
- оказывать первую доврачебную помощь при травмах и других случаях угрозы жизни и здоровью;

- применять анатомические и физиологические знания в жизни, в том числе в качестве профилактики различных заболеваний.

Данный курс способствует развитию у учащихся коммуникативности, умения обсуждать результаты, анализировать и обобщать изученный материал, участвовать в дискуссиях, делать выводы, работать на аудиторию и не бояться ее.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Что ты знаешь о своем здоровье?	4	3	1	
2.	«Гигиенические правила»	20	14	6	Тестирование
3	Профилактика инфекционных заболеваний.	7	6	1	Тестирование
4	Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы.	10	6	4	Обработка результатов
5	Организация поведения и психики.	7	4	3	Тестирование
6	Личность и ее свойства.	4	2	2	Тестирование
7	Питание и здоровье.	4	2	2	Обработка результатов
8	«Основы личной безопасности и профилактика травматизма»	6	2	4	Обработка результатов
9	Предупреждений употребления психоактивных веществ.	2	2	-	
10	Человек и биосфера	6	2	4	Обработка результатов
11	Заключительная часть	2	1	1	анкетирование
	Итого:	72	44	28	

Содержание.

Тема 1. Что ты знаешь о своем здоровье? (4 ч)

Значение знаний о гигиене организма, сохранение его здоровья. Порядок проведения занятий по курсу, правила поведения учащихся во время практических занятий, инструкция по технике безопасности.

Ткани, органы, системы органов и их функции.

Генетика человека.

Рост и развитие человека. Старение и смерть человеческого организма.

Тема 2. «Гигиенические правила». (20 ч)

Кожа: функции, цвет кожи и ее старение, загар, уход за кожей лица, рук, ног, заболевания и их профилактика.

Волосы: строение, типы, уход.

Гигиена полости рта. Питание и здоровье зубов. Факторы риска развития стоматологических заболеваний. Уход за зубами.

Гигиена труда и отдыха. Способы повышения работоспособности и профилактика утомления. Работоспособность и сон. Профилактика утомления органов зрения и слуха. Экзаменационный стресс - способы его предупреждения.

Практическое занятие: диагностика «Как ты заботишься о своей коже», «Как ты ухаживаешь за своими зубами».

Тема 3. Профилактика инфекционных заболеваний. (7 ч)

Микромир человека – микробы в организме. Взаимодействие человека с микромиром. Механизм защиты. Источник возбудителей инфекции. Механизм передачи инфекции. Классификация инфекционных болезней. Диагностика «Соблюдаете ли вы меры профилактики инфекционных заболеваний?» (см. приложение). Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ). Грипп. Кишечные инфекции. Вирусные гепатиты.

Туберкулез. Инфекции, передаваемые половым путем. Описание болезней.

ВИЧ-инфекция и СПИД. История болезни. Происхождение вируса. Пути передачи. Течение ВИЧ-инфекции. Лечение ВИЧ-инфекции.

Тема 4. Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы (10 ч)

Заболевания, передающиеся половым путем.

Методы контрацепции. Аборты; опасность абортов для здоровья женщины.

Планирование семьи, задачи, стоящие перед генетикой.

Наследственные заболевания.

Решение генетических задач о человеке.

Центры планирования семьи.

Гигиена женщины.

Гигиена беременной женщины.

Особенности ухода за новорожденным.

Особенности ухода за новорожденным.

Психосексуальное развитие и взаимоотношение полов.

Занятие с элементами психологического тренинга «Духовное значение любви в человеческих взаимоотношениях».

Составление родословной семьи.

Тема 5. Организация поведения и психики (7 ч).

Потребности и мотивы поведения. Принципы организации поведения.

Функциональная организация мозга; функциональная асимметрия мозга.

Деятельность мозга и психические процессы.

Виды деятельности мозга, его развитие.

Ощущение как основа познания мира, порог ощущения.

Восприятие, активность и целостность восприятия.

Определение типа восприятия

Иллюзии восприятия. Влияние смысла на восприятие изображения

Воображение, виды воображения. Внимание, виды внимания.

Определение устойчивости внимания

Определение объема внимания.

Память, процессы памяти, ее виды. Хорошая ли у вас зрительная память. Мышление и речь. Их развитие и виды.

Эмоции, их типы. Воспитание эмоций.

Тема 6. Личность и ее свойства (4 ч).

Индивид, индивидуальность, личность.

Темперамент и характер.

Волевые качества личности. Этапы формирования личности.

Влияние алкоголя и наркотиков на психику.

Человек в обществе.

Общение и его функции.

Конфликты и пути их разрешения.

Тема 7. Питание и здоровье. (4ч).

Пищевые вещества и их роль в питании и здоровье школьников. Основные представления о процессе пищеварения. Основные принципы рационального питания.

Правила построения меню и выбора блюд. Питание в особых условиях. Гигиена питания. Инфекционные болезни, передаваемые через пищу. Питание и болезни.

Профилактика загрязнения пищи чужеродными веществами. Ядовитые растения и грибы.

Тема 8. «Основы личной безопасности и профилактика травматизма» (6 ч).

Виды травм (падение с высоты, травмы в лифтовой шахте, травма качелями, при катании на «тарзанке», электротравма). Школьный травматизм. Спортивный травматизм. Зимний травматизм. Холодовая травма. Водный травматизм. Укусы животных. Автотравма. Роллеры. Огнестрельные повреждения. Тупая травма живота.

Черепно-мозговая травма. Обращение с лекарственными препаратами. Безопасное хранение и обращение с лекарствами в домашних условиях. Правила употребления и побочные действия медикаментов. Опасность самолечения. ПМП при передозировке лекарственных средств.

ПМП при передозировке лекарственных средств.

Тема 9. Предупреждений употребления психоактивных веществ (2 ч).

Общее представление о ПАВ, основные виды. Юридическая и личная ответственность. Виды ПАВ. Социальные, психические, физические и юридические последствия употребления ПАВ. Зависимость от ПАВ. Как отказаться? Курение. Фактическая информация о курении. Вред табачного дыма. Последствия для здоровья. Алкоголь. Фактические данные, касающиеся алкоголя. Социальные и экономические проблемы. Действие алкоголя. Последствие потребления алкоголя на организм. Фактические данные о различных нелегальных наркотиках и формирование зависимости от них. Поведение с людьми, употребляющими ПАВ. Возможность выздоровления в случаях зависимости от ПАВ.

Тема 10. Человек и биосфера (6 ч).

Разносторонняя связь человека с природой.

Состояние окружающей среды в нашей местности.

Окружающая среда и здоровье человека. Природно – очаговые заболевания.

Формирование ответственного отношения человека к природе.

Мониторинг, виды мониторинга.

Меры улучшения качества окружающей среды.

Обобщающий урок «Быть человеком – это значит...»

Заключительная часть (2 ч). Подведение общих итогов курса.

Календарно- тематическое планирование

№ п/п	месяц	число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	форма контроля
Тема 1. Что ты знаешь о своем здоровье? (4 ч)								
1	сентябрь	03.09	16.10-16.55	Беседа с тестовыми заданиями	1	Значение знаний о гигиене организма, сохранение его здоровья. Правила поведения учащихся во время практических занятий, инструкция по технике безопасности.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	Вопросы

						Инструктаж по ПДД.		
2		06.09	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Краткое «путешествие по организму (Ткани, органы, системы органов и их функции).	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	
3		10.09	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Генетика человека.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	
4		13.09	16.10-16.55	Сообщения	1	Рост и развитие человека. Старение и смерть человеческого организма.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	Вопросы
Тема 2. «Гигиенические правила». (20 ч)								
5		17.09	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	«Кожа и ее придатки». Функции кожи. Цвет кожи и ее старение.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	
6		20.09	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Заболевания кожи.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	
7		24.09	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Строение волоса, цвет, типы. Уход за волосами.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	
8		27.09	16.10-16.55	Сообщения	1	Болезни кожи головы.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	Вопросы
9	октябрь	01.10	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Уход за кожей лица.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	
10		04.10	16.10-16.55	Практи	1	Уход за кожей	МБОУ	тест

				ческая работа		лица.	У «СО Ш №6 к. 1»	
11		08.10	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Уход кожей рук. Уход за кожей ног.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
12		11.10	16.10-16.55	Сообщения	1	Гигиена тела.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Вопросы
13		15.10	16.10-16.55	Практическая работа	1	Диагностика «Как ты заботаешься о своей коже».	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	тест
14		18.10	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Гигиена полости рта. Питание и здоровье зубов. Факторы риска развития стоматологических заболеваний.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
15		22.10	16.10-16.55	Практическая работа	1	Уход за зубами. Диагностика «Как ты ухаживаешь за своими зубами».	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	тест
16		25.10	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Гигиена труда и отдыха. Периоды изменения работоспособности.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
17		29.10	16.10-16.55	Сообщения	1	Влияние микроклимата на работоспособность. Утомление.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Вопросы
18	ноябр	01.11	16.10-16.55	Практи	1	Тест на	МБО	тест

	Ь			ческая работа		выносливость организма.	У «СО Ш №6 к. 1»	
19		05.11	16.10-16.55	Сообщения	1	Способы повышения работоспособности и профилактика утомления. Работоспособность и сон.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Вопросы
20		08.11	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Экзаменационный стресс - способы его предупреждения.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
21		12.11	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Строение органов зрения. Профилактика заболеваний.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
22		15.11	16.10-16.55	Практическая работа	1	Диагностика органов зрения.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	тест
23		19.11	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Органы слуха. Заболевания и профилактика.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
24		22.11	16.10-16.55	Практическая работа	1	Диагностика органов слуха.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	тест
Тема 3. Профилактика инфекционных заболеваний. (7 ч)								
25		26.11	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Микромир человека – микробы в организме. Взаимодействие человека с микромиром. Инструктаж по ПДД.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	

26		29.11	16.10-16.55	Сообщения	1	Механизм защиты.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	Вопросы
27	декабрь	03.12	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Источник возбудителей инфекции. Механизм передачи инфекции. Классификация инфекционных болезней.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	
28		06.12	16.10-16.55	Практическая работа	1	Диагностика «Соблюдаете ли вы меры профилактики инфекционных заболеваний?»	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	тест
29		10.12	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ). Грипп.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	
30		13.12	16.10-16.55	Сообщения	1	Кишечные инфекции. Вирусные гепатиты. Туберкулез.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	Вопросы
31		17.12	16.10-16.55	Сообщения	1	ВИЧ-инфекция и СПИД. История болезни. Происхождение вируса. Пути передачи.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	Вопросы
Тема 4. Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы (10 ч)								
32		20.12	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Заболевания, передающиеся половым путем. Инструктаж по ПДД.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	
33		24.12	16.10-16.55	Сообщения	1	Методы контрацепции. Аборты;	МБОУ «СО	Вопросы

						опасность абортов для здоровья женщины.	Ш №6 к. 1»	
34		27.12	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Планирование семьи, задачи, стоящие перед генетикой. Наследственны е заболевания.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
35 36	январь	10.01 14.01	16.10-16.55	Практи ческая работа	2	Решение генетических задач о человеке.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
37		17.01	16.10-16.55	Сообще ния	1	Центры планирования семьи.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Вопросы
38		21.01	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Гигиена женщины. Гигиена беременной женщины.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
39		24.01	16.10-16.55	Практи ческая работа	1	Особенности ухода за новорожденны м.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Обработк а результат ов
40		28.01	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Психосексуаль ное развитие и взаимоотношен ие полов.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
41		31.01	16.10-16.55	Практи ческая работа	1	«Духовное значение любви в человеческих взаимоотношен иях». Занятие с элементами психологическ ого тренинга	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	тест
Тема 5. Организация поведения и психики (7 ч).								
42	февра ль	04.02	16.10-16.55	Лекция с	1	Потребности и мотивы	МБО У	

				беседой		поведения. Принципы организации поведения. Функциональна я организация мозга; функциональна я асимметрия мозга.	«СО Ш №6 к. 1»	
43		07.02	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Деятельность мозга и психические процессы. Виды деятельности мозга, его развитие.	МБОУ «СО Ш №6 к. 1»	
44		11.02	16.10-16.55	Сообщения	1	Ощущение как основа познания мира, порог ощущения. Восприятие, активность и целостность восприятия.	МБОУ У «СО Ш №6 к. 1»	Вопросы
45		14.02	16.10-16.55	Практическая работа	1	Определение типа восприятия. Иллюзии восприятия. Влияние смысла на восприятие изображения.	МБОУ У «СО Ш №6 к. 1»	тест
46		18.02	16.10-16.55	Практическая работа	1	Воображение, виды воображения. Внимание, виды внимания. Определение устойчивости	МБОУ У «СО Ш №6 к. 1»	тест

						внимания. Определение объема внимания.		
47		21.02	16.10-16.55	Практи ческая работа	1	Память , процессы памяти, ее виды. Хорошая ли у вас зрительная память. Мышление и речь. Их развитие и виды.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	тест
48		25.02	16.10-16.55	Сообще ния	1	Эмоции, их типы. Воспитание эмоций.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Вопросы
Тема 6. Личность и ее свойства (4 ч).								
49		28.02	16.10-16.55	Практи ческая работа	1	Индивид, индивидуаль ность, личность. Темперамент и характер. Инструктаж по ПДД.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	тест
50	март	03.03	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Волевые качества личности. Этапы формирования личности.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
51		06.03	16.10-16.55	Круглы й стол	1	Влияние алкоголя и наркотиков на психику.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Вопросы
52		10.03	16.10-16.55	Сообще ния	1	Человек в обществе. Общение и его функции.	МБО У «СО Ш №6	Вопросы

						Конфликты и пути их разрешения.	к. 1»	
Тема 7. Питание и здоровье. (4ч).								
53		13.03	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Пищевые вещества и их роль в питании и здоровье школьников. Основные представления о процессе пищеварения. Основные принципы рационального питания. Правила построения меню и выбора блюд. Питание в особых условиях.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	
54		17.03	16.10-16.55	Сообщения	1	Гигиена питания. Инфекционные болезни, передаваемые через пищу. Питание и болезни. Профилактика загрязнения пищи чужеродными веществами.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	Вопросы
55		20.03	16.10-16.55	Практическая работа	1	Ядовитые растения и грибы.	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	тест
56		24.03	16.10-16.55	Практическая работа	1	«Определение обеспеченности организма человека витаминами и микроэлемента	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	Обработка результатов

						ми.»		
Тема 8. «Основы личной безопасности и профилактика травматизма» (6 ч).								
57		27.03	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Виды травм. Инструктаж по ПДД.	МБОУ «СО Ш №6 к. 1»	
58		31.03	16.10-16.55	Сообщения	1	Школьный травматизм. Спортивный травматизм. Зимний травматизм. Водный травматизм. Инструктаж по ПДД.	МБОУ «СО Ш №6 к. 1»	Вопросы
59	апрель	03.04	16.10-16.55	Практическая работа	1	Первая помощь при перегреве и переохлаждении. Термические и химические ожоги.	МБОУ «СО Ш №6 к. 1»	Обработка результатов
60		07.04	16.10-16.55	Практическая работа	1	Первая помощь при укусах животных, автотравм, огнестрельных повреждениях, травм живота, черепно-мозговых травмах.	МБОУ «СО Ш №6 к. 1»	Обработка результатов
61		10.04	16.10-16.55	Практическая работа	1	Наложение повязок на различный части тела. Инструктаж по ПДД.	МБОУ «СО Ш №6 к. 1»	Обработка результатов
62		14.04	16.10-16.55	Практическая работа	1	Обращение с лекарственным и препаратами. Безопасное хранение и обращение с лекарствами в домашних	МБОУ «СО Ш №6 к. 1»	Обработка результатов

						условиях.		
Тема 9. Предупреждений употребления психоактивных веществ (2 ч).								
63		17.04	16.10-16.55	Круглы й стол	1	Общее представление о ПАВ, основные виды.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Вопросы
64		21.04	16.10-16.55	Круглы й стол	1	Курение. Алкоголь. Последствия для здоровья.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Вопросы
Тема 10. Человек и биосфера (6 ч).								
65		24.04	16.10-16.55	Лекция с беседой	1	Разносторонняя связь человека с природой.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	
66		28.04	16.10-16.55	Сообще ния	1	Состояние окружающей среды в нашей местности.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Вопросы
67	май	05.05	16.10-16.55	Практи ческая работа	1	Окружающая среда и здоровье человека. Природно – очаговые заболевания. Мониторинг, виды мониторинга.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Обработк а результат ов
68		08.05	16.10-16.55	Практи ческая работа	1	Мониторинг окружающей среды.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Обработк а результат ов
69		12.05	16.10-16.55	Практи ческая работа	1	Мониторинг окружающей среды.	МБО У «СО Ш №6 к. 1»	Обработк а результат ов
70		15.05	16.10-16.55	Круглы й стол	1	Меры улучшения качества окружающей	МБО У «СО Ш №6	Вопросы

						среды.	к. 1»	
Заключительная часть (2 ч).								
71		19.05	16.10-16.55	Практическая работа	1	Подведение общих итогов курса. Анкетирование «Твое отношение к здоровью»	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	Обработка результатов анкетирования
72		22.05	16.10-16.55	Сообщения	1	Обобщающий урок «Быть человеком – это значит...»	МБОУ «СОШ №6 к. 1»	Вопросы

Приложения

Интервью-вопросник

1. Что такое здоровье?
2. Соблюдаете ли вы режим дня?
3. Какими качествами должен обладать врач?
4. Какие привычки могут вредно влиять на организм?
5. Какие лекарственные травы вы знаете?
6. Что делать, если вы порезали палец, течет кровь?
7. Сколько часов вы спите?
8. Можно ли пить сырую воду из-под крана?
9. Каких ядовитых животных и «лекарственных» животных Вы знаете?
10. Что такое СПИД?
11. Нравится ли вам ухаживать за маленькими детьми?
12. Есть ли у вас дома любимое животное?
13. Часто ли вы испытываете усталость после нагрузки?
14. Что такое гиподинамия? Как ее избежать?
15. Причины стресса? Как их избежать?

Практическая работа. «Оценка гибкости тела»

Цель работы: определить с помощью простых физических упражнений сгибательные возможности вашего тела.

Оборудование: коврик, спортивный костюм.

Ход работы: испытуемый проделывает три простых упражнения. Каждое упражнение имеет три степени сложности. В зависимости от степени сложности начисляются очки, которые после выполнения серии упражнений складываются; определяется степень гибкости испытуемого.

Упражнение 1. И.П.- вертикальное, ноги соединены. Испытуемый медленно наклоняется вперед и достает ладонями рук пол. Если это проделано легко, без особых усилий, то начисляется 4 очка, если испытуемый достает пол только кончиками пальцев рук, то 3 очка, если испытуемый не может коснуться пола, то 0 очков.

Упражнение 2. И.П. – вертикальное, ноги на ширине плеч. Испытуемый наклоняется влево и вправо при неподвижном тазе. Если при выполнении упражнения произошло касание икр ног, то начисляется 4 очка, если испытуемый может достать до колен, то 3 очка, если испытуемый не дотягивается до колен, то 0 очков.

Упражнение 3. И.П. – лежа на спине. Испытуемый заводит ноги за голову и в таком положении пытается достать ногами пол. Если упражнение выполнено с помощью. Прямых ног, то начисляется 4 очка, при согнутых ногах в коленях – 3 очка, если испытуемый не сожжет достать пола – 0 очков.

Форма отчетности: посчитайте очки и сверьте свои данные с данными по таблице. Сделайте вывод о собственной гибкости. Предложите пути ее повышения.

Количество баллов	Состояние организма.
От 12 до 9	У Вас очень хорошая гибкость. Продолжайте активно заниматься спортом.
От 8 до 5	У Вас нормальная гибкость, но помните, что без занятий физкультурой Вы легко ее потеряете
От 4 до 5	У вас очень плохая гибкость! Надо срочно что-то предпринять!

Материально-техническое и информационное обеспечение.

Методические пособия, наглядные материалы: специализированные издания, книги, журналы, каталоги, брошюры; видеозаписи.

- Применяется демонстрация средств и практических приемов.

Используется мультимедийное оборудование.

- Учебные наглядные пособия по теме: «Человек». Скелет

Плакаты:

- Тренировка сердца. Зрительный анализатор. Обоняние и вкус. Заразные болезни. Эпителий и мышцы. Обонятельный вкусовой анализатор.
- Кожа. Слуховой анализатор. Кровь. Скелетные мышцы. Органы чувств. Органы пищеварения. Зубы. Калорийность и состав пищевых продуктов. Органы дыхания.

Приборы и материалы:

- Бинты, вата, йод, пинцет, марля, шины, булавки английские. Резиновый жгут, стакан для воды, баночка для крема, детский крем, набор витаминных препаратов, жидкое мыло, термометр ртутный.

Литература и средства обучения.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Учебно-методическое пособие для учителей 1-11 классов (под редакцией В.Н. Касаткина, Л.А. Щеплягиной) Ярославль: Аверс Пресс, 2005. 2-е издание, доп. испр. 44 с: ил
- «Формирование здорового образа жизни на уроках ОБЖ» Издательский центр «Вентана - Граф». Библиотека учителя. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин
- «Основы гигиены и санитарии» Д.В. Колесов, Р.Д. Машков Москва «Просвещение» 1989
- «Я выбираю жизнь» Практическое руководство по профилактике наркозависимости среди детей и подростков. Киев, 2001. Л.Д. Нейкурс. Анастасова Л.П., Гольнева Д.П., Короткова Л.С. Человек и окружающая среда. Учебник для 9 класса. М., Просвещение, 1997.
- Зверев И.Д. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека. М., Просвещение, 1978.
- Фомин Н.А. Физиология человека. М., Просвещение, 1972.
- Хрипкова А.Г., Миронов В.С., Шепило И.Н. Физиология человека. Пособие для факультативных занятий в IX - X классах. М., Просвещение, 1971.
- Человек. Наглядный словарь. Дорлинг Киндерсли. Лондон - Нью-Йорк - Штутгарт, 1995.
- Энциклопедия для детей. Человек. М., Аванта + , 2002.

- Ярыгин В.Н. Биология. Пособие для поступающих в вузы. М., Высшая школа, 2001.
- Кабаева В.М. Программа психологического обучения и воспитания школьников «Я – мой образ жизни – мое здоровье» М, 2002
- Практическая психология образования под редакцией И.В.Дубровиной: учебник для студентов высших и средних уч. з заведений М, Сфера, 1997
- Прутченков А.С. Социально – педагогический тренинг межличностного общения М, Знание 1991

Интернет-сайты

[www.nsu.ru /noos/ecology/](http://www.nsu.ru/noos/ecology/) - экологический раздел

www.informeco.ru – информационно-экологический портал

www.iufs.edu/mufo.ru/MSc-Ecology-ru.html - международный университет фундаментального обучения

www.ecoguild.narod.ru/ - сайты Гильдии экологов

www./ecolife.ru/index.shtml - журнал “Экология и жизнь»

www.gost.newmail.ru/ecos.htm - система нормативов охраны и рационального использования природных ресурсов

www.nature.ru – сайт Московского государственного университета по разделам биологии, географии и другим наукам (статьи, рефераты, обзоры)

www.sser.rssi.ru – сайт Соросовского образовательного журнала (все статьи в свободном доступе)

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

- 1.Интерактивные творческие задания. ЗАО «Новый диск». 2015.
2. Чебышев Н.В. Биология: Пособие для поступающих в Вузы: в 2т. –М.: РИА «Новая волна». 2016
1. Шустанов Т.А. Репетитор по биологии.- Ростов-на-Дону. Изд. Феникс, 2016
3. Захаров В. Б. , Сонин Н. И. Биология. Многообразие живых организмов.7 класс.- М.: Дрофа, 2016.
- 5.Новиков В. С., Губанов И. А.. Школьный атлас – определитель высших растений. М.: Просвещение, 2018
- 6.Рыков Н. А. Зоология с основами экологии животных.- М.: Просвещение, 2017
7. Л.Бурмистрова, В.Мороз Всемирная детская энциклопедия. Рекорды человека. – М: «Эксмо», 2003г.

