



ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ «ШКОЛА № 2036»**

111675, г. Москва, ул. Т. Макаровой, д.2
ИНН 7720596679 ОГРН 1077761472293
ОКТМО 45308000 КПП 772001001

Е-mail: 2036@edu.mos.ru
Телефон:(499)797-34-12 (499) 797-34-13
Сайт: www.sch2036v.mskobr.ru

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 27.08.2018 г.

«Утверждаю»
Зам.директора ГБОУ Школа №2036
О.В. Урсаева
приказ № 39-О от 01.09.2018 г.



Рабочая программа внеурочной деятельности

«Человек и его здоровье»

Срок освоения: 1 год

Внеурочная деятельность является составной частью учебно-воспитательного процесса. Курс внеурочной деятельности «Человек и его здоровье» направлен на повышение интереса к изучению естественнонаучных дисциплин, углубленному изучению строения организма человека, особенностей его функционирования формирование; функциональной грамотности, необходимой для повседневной жизни; бережному отношению к своему здоровью, основ здорового образа жизни; ценностного отношения к окружающей среде, как к фактору, влияющему на здоровье; собственной позиции по отношению к биологической информации, получаемой из разных источников; навыков самостоятельной познавательной и исследовательской деятельности, анализа результатов собственной познавательной и практической деятельности.

Освоение программы курса внеурочной деятельности «Человек и его здоровье» обеспечивает овладение основами учебно-исследовательской деятельности, научными методами решения различных теоретических и практических задач.

Раздел 1. Планируемые результаты освоения курса

Личностные

1) формирование мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики;

2) формирование основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

3) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего и более возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

4) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

5) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни, усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей,

6) принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

7) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

8) профессиональная ориентация; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

Метапредметные

1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2) работать в группе сверстников при решении познавательных задач связанных с особенностями строения и жизнедеятельности организма человека, планировать совместную деятельность, учитывать мнение окружающих и адекватно оценивать собственный вклад в деятельность группы;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

б) владение языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

7) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Предметные

Обучающийся научится:

1) устанавливать взаимосвязи между особенностями строения и функциями органов и систем органов;

2) аргументировать, приводить доказательства зависимости здоровья человека от образа жизни и состояния окружающей среды;

3) раскрывать роль биологии в практической деятельности людей; роль биологических объектов в природе и жизни человека;

4) объяснять механизмы наследственности и изменчивости, возникновения приспособленности;

5) использовать методы биологической науки: наблюдать и описывать биологические объекты и процессы; ставить биологические эксперименты и объяснять их результаты;

6) знать и аргументировать основные правила поведения в природе, чрезвычайных ситуациях; анализировать и оценивать последствия деятельности человека по отношению к своему здоровью;

7) аргументировать, приводить доказательства необходимости соблюдения мер профилактики заболеваний, травматизма, стрессов, вредных привычек, нарушения осанки, зрения, слуха, инфекционных и простудных заболеваний

8) знать и уметь оказывать первую доврачебную помощь при отравлениях, ожогах, обморожениях, травмах, спасении утопающего, кровотечениях;

9) анализировать и оценивать влияние факторов риска на здоровье человека;

10) находить в учебной, научно-популярной литературе, Интернет-ресурсах информацию об строении, образе жизни и значении в живой природе тех или иных живых организмов, образе жизни, оформлять ее в виде письменных сообщений, докладов, рефератов;

11) знать и соблюдать правила работы в кабинете биологии.

Обучающийся получит возможность научиться:

1) находить информацию о микроорганизмах, растениях, грибах, животных, организме человека и его здоровье в научно-популярной литературе, биологических словарях, справочниках, интернет ресурсе, анализировать и оценивать ее, переводить из одной формы в другую;

2) основам исследовательской и проектной деятельности по изучению функций организма, включая умения формулировать задачи, представлять работу на защиту и защищать ее;

- 3) использовать приемы оказания первой помощи при отравлении ядовитыми грибами, ядовитыми растениями, укусах животных; работы с определителями растений; размножения и выращивания культурных растений, уходом за домашними животными;
- 4) осознанно использовать знания основных правил поведения в природе; выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе;
- 5) ориентироваться в системе моральных норм и ценностей по отношению к собственному здоровью и здоровью других людей.
- 6) объяснять необходимость применения тех или иных приемов при оказании первой доврачебной помощи при отравлениях, ожогах, обморожениях, травмах, спасении утопающего, кровотечения
- 7) работать в группе сверстников при решении познавательных задач связанных с изучением особенностей строения организма человека, планировать совместную деятельность, учитывать мнение окружающих и адекватно оценивать собственный вклад в деятельность группы

Раздел 2. Содержание учебного предмета

Организм человека. Заболевания органов и систем

Строение и функции опорно-двигательной системы. Заболевания опорно-двигательной системы и их профилактика. Нарушение осанки. Строение и функции сердечно-сосудистой системы, заболевания и профилактика. Строение и функции дыхательной системы, заболевания и профилактика. Строение и функции пищеварительной системы, заболевания и профилактика. Строение и функции нервной системы, заболевания и профилактика. Психическое здоровье. Строение и функции выделительной системы, заболевания и профилактика. Нарушение работы регуляции.

Здоровье человека и его охрана.

Здоровье человека. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Укрепление здоровья: аутотренинг, закаливание, двигательная активность, сбалансированное питание. Влияние физических упражнений на органы и системы органов. Защитно-приспособительные реакции организма. Факторы, нарушающие здоровье (гиподинамия, курение, употребление алкоголя, несбалансированное питание, стресс).

Основы первой помощи

Первая помощь при отравлениях. Классификация отравлений. Первая помощь при ожогах, обморожениях и ударах током. Первая помощь при переломах, вывихах и растяжениях. Первая помощь при остановке дыхания. Реанимация.

Человек и окружающая среда.

Значение окружающей среды как источника веществ и энергии. Социальная и природная среда, адаптации к ним. Краткая характеристика основных форм труда. Рациональная организация труда и отдыха. Соблюдение правил поведения в окружающей среде, в опасных и чрезвычайных ситуациях, как основа безопасности собственной жизни. Зависимость здоровья человека от состояния окружающей среды. Культура отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих.

Раздел 3. Тематическое планирование курса

№ п/п	Название темы (раздела)	Количество часов на изучение
1	Организм человека. Заболевания органов и систем	20
2	Здоровье человека и его охрана.	4
3	Основы первой помощи	6
4	Человек и окружающая среда.	4