

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство общего и профессионального образования Ростовской области
Отдел образования Администрации Октябрьского (с) района
МБОУ СОШ № 23

РАССМОТРЕНО

ШМО учителей
естественно-
математического
цикла. «Руководитель

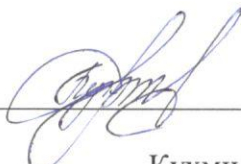


Раенко Н.И.

Протокол № 1 от «29»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР



Кухмистрова Н.А.

Протокол № 1 от «30» августа
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Ушакова Г.М.

Приказ № 264 от «31»
августа 2023 г.



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности по биологии
«ТОЧКА РОСТА»
«Время ЗОЖ»

для обучающихся 9 класса
на 2023 – 2024 учебный год.
Составитель: Меренец Т.И.

п. Красногорняцкий 2023

Пояснительная записка.

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Время ЗОЖ» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования на основе основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «СОШ № 23» с учетом программы «Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя/Д.В. Григорьев, П.В. Степанов».

Программа рассчитана на учащихся 9 классов в количестве 34 часов (1 час в неделю).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты:

- 1) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- 2) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях.
- 3) формирование готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к познанию,
- 4) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 5) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 6) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- 7) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

Метапредметные результаты:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) 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;

8) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

9) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ – компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

10) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

1. Введение.

Здоровый образ жизни. Факторы, определяющие здоровье. Пути формирования здорового образа жизни. Окружающая среда и здоровье человека.(Проблемно-ценностное общение. Познавательная - лекция).

2. Вредные привычки и их профилактика.

Курение: мы и наше потомство. Состав компонентов табачного дыма. Влияние сигарет на организм подростка. Психологическое и физиологическое влияние табакокурения на детский организм. Правда об алкоголе. Вред алкоголя, борьба с алкоголизмом. Детский и подростковый алкоголизм. Подросток и алкоголь, влияние алкоголя на здоровье подростка.

Наркотики: зависимость и последствия. Понятие о токсикомании, токсических веществ, причины токсикомании. Последствия токсикомании на организм подростка.(Спортивно-оздоровительная деятельность. Познавательная: выставка рисунков; конференция; беседа; лекция; проект)

3. Заболевания подростков, передающиеся половым путём.

Вирусы – внутриклеточные паразиты. Понятие о СПИД/ВИЧ, причины и пути заражения.

Распространение СПИДа в мире, стране, в

Ростовской области. Инфекции, передаваемые половым путём, стадии, симптомы (гонорея, сифилис). (Проблемно-ценностное общение. Познавательная лекция; проект; беседа)

4. Простудные заболевания.

Понятие о простудных заболеваниях, отрицательное воздействие на организм: бактериальных и вирусных инфекций (грипп, ангина, ОРЗ, герпес и т.д.). Закаливание организма.

(Спортивно-оздоровительная деятельность. Познавательная: беседа; проект).

5. Питание и здоровье.

Неправильное питание – результат болезней. Культура питания. Витамины круглый год.

Правильный рацион питания. Калорийность и энергозатраты.

(Спортивно-оздоровительная деятельность. Познавательная: игра; практика)

6. Жилищные (бытовые) условия и здоровье.

Гигиена жилища. Паразиты (клопы, клещи, насекомые). Домашние животные. Жилищные болезни.

Комнатные растения и здоровье. Цветы и здоровье.

(Социальное творчество. Познавательная: круглый стол; проект)

7. Экология здоровья.

Химические и биологические загрязнения и болезни человека. Классификация заболеваний.

Электромагнитные излучения и их воздействие на организм. Компьютер и здоровье человека.

(Спортивно-оздоровительная деятельность; проблемно-ценностное общение. Познавательная: лекция; проект)

8. Болезни цивилизации.

Болезни цивилизации (стресс, депрессия, фобия, бессонница и пр.). Понятие о стрессе, причины, пути снятия стресса. Биологические ритмы, их влияние на здоровье. Режим дня – залог здоровья.

(Проблемно-ценностное общение. Познавательная: тренинг; беседа; проект)

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п/п	Раздел	Тема урока	Количество Часов	Дата
1	Введение(2ч).	ЗОЖ, его составляющие.	1	07.09.23
2		Окружающая среда и здоровье человека	1	14.09
3	Вредные привычки и их профилактика(9ч).	Курение: мы и наше потомство.	1	21.09
4		Состав компонентов табачного дыма. Влияние сигарет на организм подростка.	1	28.09
5		Психологическое и физиологическое влияние табакокурения на детский организм.	1	05.10
6		Правда об алкоголе	1	12.10
7		Вред алкоголя, борьба с алкоголизмом. Детский и подростковый алкоголизм.	1	19.10
8		Подросток и алкоголь, влияние алкоголя на здоровье подростка.	1	26.10
9		Наркотики: зависимость и последствия.	1	09.11
10		Понятие о токсикомании, токсических веществ, причины токсикомании.	1	16.11
11		Последствия токсикомании на организм подростка	1	23.11
12	Заболевания подростков, передающиеся половым путём(4ч)	Вирусы – внутриклеточные паразиты.	1	30.11
13		Понятие СПИД/ВИЧ, причины и пути заражения.	1	07.12
14		Распространение СПИДа в мире, стране, в Ростовской области	1	14.12
15		Инфекции, передаваемые половым путём, стадии, симптомы (гонорея, сифилис).	1	21.12
16	Простудные заболевания(3ч)	Понятие о простудных заболеваниях, отрицательное воздействие на организм: бактериальных и вирусных инфекций (грипп, ангина, ОРЗ, герпес и.т.д.)	1	28.12
17		Закаливание организма	1	11.01.24
18		Создание буклета	1	18.01
19	Питание и здоровье(5ч)	Неправильное питание – результат болезней.	1	25.01
20		Культура питания	1	01.02
21		Витамины круглый год	1	08.02
22 - 23		Составление правильного рациона питания, в зависимости от энергозатрат и калорийности.	2	15,22.02

24	Жилищные (бытовые) условия и здоровье.(3ч)	Гигиена жилища. Паразиты (клопы, клещи, насекомые).	1	29.02
25		Домашние животные. Жилищные болезни.	1	07.03
26		Комнатные растения и здоровье. Цветы и здоровье.	1	14.03
27	Экология здоровья(3ч)	Химические и биологические загрязнения и болезни человека. Классификация заболеваний	1	21.03
28		Электромагнитные излучения и их воздействие на организм.	1	04.04
29		Компьютер и здоровье человека	1	11.04
30	Болезни цивилизации.	Болезни цивилизации (стресс, депрессия, фобия, бессонница и пр.).	1	18.04
31		Понятие о стрессе, причины, пути снятия стресса	1	25.04
32		Биологические ритмы, их влияние на здоровье.	1	02.05
33		Режим дня – залог здоровья.	1	16.05
34		Защита проектов: создание буклетов и памяток по ЗОЖ	1	23.05
Итого:			34	

Перечень доступных источников информации

1. Жеребцова Е. Л.ЕГЭ. Биология: теоретические материалы.— СПб.: Тригон, 2009.
2. Кириленко А. А., Колесников С. И. Биология. 9-й класс. Подготовка к итоговой аттестации — 2023:
3. Латюшин В. В., Уфинцева Г. А. Биология. Животные. 7 класс: тематическое и поурочное планирование к учебнику В. В. Латюшина и В. А. Шапкина «Биология. Животные» пособие для учителя.— М.: Дрофа 2003
- 4.Теремов А. В., Рохлов В. С. Занимательная зоология: книга для учащихся, учителей и родителей. — М.: АСТ-ПРЕСС, 1999.— 258 с.:
8. Фросин В. Н., Сивоглазов В. И. Готовимся к единому государственному экзамену: биология. Человек — М.: Дрофа,2023.
9. Сайт ФИПИ. Открытый банк заданий для формирования естественнонаучной грамотности [Электронный ресурс]: — URL: <https://fipi.ru/otkrytyy-bank-zadaniy-dlya-otsenkiyestestvennonauchnoy-gramotnosti> (дата обращения: 10.05.2023).
10. Сайт Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов [Электронный ресурс]: — URL: <http://school-collection.edu.ru/catalog> (дата обращения: 10.05.2022).
11. Сайт Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов [Электронный ресурс]: — URL: <http://fcior.edu.ru/> (дата обращения: 10.05.2021). Цифровые лаборатории Releon [Электронный ресурс]: — URL: <https://rl.ru/> (дата обращения: 10.05.2021).
12. Круглый стол: Цифровые лаборатории в современной школе [Электронный ресурс]: — URL: <https://www.youtube.com/watch?v=qVj-tolw2N4> (дата обращения: 10.05.2021).
13. Научная электронная библиотека «Киберленинка» [Электронный ресурс]: — URL: <https://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 10.05.2023).
14. Электронная библиотека диссертаций и авторефератов [Электронный ресурс]: — URL: <http://www.dissercat.com/> (дата обращения: 10.05.2023).
15. Научная электронная библиотека «Elibrary.ru» [Электронный ресурс]: — URL: <https://elibrary.ru> (дата обращения: 10.05.2023).

