

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Октябрьская средняя общеобразовательная школа №2

Центр образования
естественно-научной
и технологической направленности



РАССМОТРЕНО

На заседании ШМО

Протокол № 6

От « 20 » мая 2024 г.

Руководитель ШМО *И.В. Конькова*

УТВЕРЖДАЮ



Директор школы

Конькова И.В.

« 20 » * мая 2024 г.

**Программа внеурочной
деятельности «Экологическая
лаборатория»**

Направленность: естественно-научная

Срок реализации - 34 часа

Возраст учащихся: 14-16 лет

п. Октябрьский, 2024 год.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основании следующих документов:

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации", ст. 2, п. 9;
- Федеральный государственный образовательный стандарт;
- письмо Министерства образования и науки РФ от 19 апреля 2011 г. № 03-255 «О введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- приказ Министерства образования и науки РФ № 1577 от 31.12.2015 г. «О внесении изменений в ФГОС ООО, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897»;
- методические рекомендации по вопросам введения ФГОС ООО, письмо Министерства образования и науки РФ от 07.08.2015 г. № 08-1228;
- письмо Министерства образования и науки РФ № 08-1786 от 28.10.2015 г. «О рабочих программах учебных предметов»;

На сегодняшний день очевидны проблемы здоровья граждан России. Именно общество в лице образовательных учреждений формирует систему приоритетов и ценностей, определенный стиль жизни, так называемые социально одобряемые нормы поведения. Поэтому если учащийся не очень понимает необходимость сохранения своего здоровья, то задача образовательного учреждения состоит в разъяснении того, что ты сам в состоянии ответить за свое будущее и твоя успешность напрямую зависит от состояния твоего здоровья. Необходимо найти новые формы пропаганды и внедрения ценностей здорового образа жизни, культуры здоровья, выработать новую систему социально-культурных ценностей, в которой здоровье будет одним из основных личностных приоритетов.

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. Курс проводится в виде лекционно-практических-исследовательских занятий с оформлением содержания занятия в рабочих тетрадях. В течение всего курса внеурочной деятельности 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.

Программа имеет прикладное значение – профориентации. Ребята также могут посещать курс с целью получения элементарных знаний об основных вопросах медицины, физиологии и гигиены, о способах сохранения и укрепления здоровья, особенностях влияния вредных привычек и окружающей среды на здоровье человека, навыков оказания первой помощи.

Результатом изучения курса "Экологическая лаборатория" является урок-зачет с элементами практических заданий, где проверяется не только теоретическое знание вопросов, но и практические навыки, полученные на занятиях курса. Итоги изучения элективного курса можно обсудить на семинарском

занятии, либо защитить проект или исследовательскую работу по какой-либо тематике.

Цель: Формирование у обучающихся бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей, развитие культуры здорового образа жизни и расширение кругозора в области медицины.

Практические задачи данной программы:

- обеспечение необходимых условий для личностного развития, повышение мотивации для укрепления своего здоровья;
- адаптация их к жизни в обществе;
- формирование общей культуры, в том числе культуры здорового образа жизни;

Учебно-воспитательные задачи следующие:

- сознание и апробация здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- развитие у учащихся причинно-следственных и межпредметных связей в ходе реализации программы;
- формирование у учащихся осознанного выбора здорового образа жизни.
- повышение мотивации к изучению предмета «Анатомия человека»
- Дать обучающимся знания и обучить практическим навыкам оказания первой доврачебной помощи в различных опасных для жизни ситуациях.

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.

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня заболеваемости обучающихся.
2. Формирование культуры здорового образа жизни.
3. Осознанный выбор детьми здорового образа жизни.

Проверка ожидаемых результатов:

1. Конкурс для обучающихся на составление собственной программы здоровья.
2. Диагностика в виде тестов, анкет, опросников у данной категории подростков для выявления отношения их к алкоголю и других вредных привычек.
3. Защита мини – проектов «Программа моего здоровья».
4. Оказание первой доврачебной помощи.

Программа способствует формированию у школьников следующих видов универсальных учебных действий.

Личностные УУД:

- ☐ Самоопределение.
- ☐ Смыслообразование.
- ☐ Самооценка и личностное самосовершенствование.
- ☐ Нравственно-этическая установка на здоровый образ жизни.

Регулятивные УУД:

- ☐ 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.

Познавательные УУД:

- ☐ 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.)

Коммуникативные УУД:

- ☐ 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.
- ☐ Совместно договариваться о правилах общения и работать в группе в паре.
- ☐ Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Метапредметные:

- ☐ 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;

Виды деятельности: организационно – деятельностные игры, викторины, выпуск буклетов, защита проектов, беседы, исследования, лекции.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем ведения «Дневника здоровья».

Планируемые результаты

Школьники приобретут знания 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 укрепления здоровья. Осуществляет поиск и выделяет конкретную информацию с помощью учителя. Использует средства профилактики ОРЗ, ОРВИ и др. болезней. Определяет благоприятные факторы, воздействующие на здоровье. Заботится о своем здоровье. Использует навыки элементарной исследовательской деятельности в своей работе. Оказывает первую медицинскую помощь. Задаёт вопросы, для организации собственной деятельности. Знает основные (самые распространённые) болезни систем органов, клинику и профилактику болезней человека, источники инфекции, профилактические прививки.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п \п	Название темы	Количес тво часов	Количеств о практическ их и лабораторн ых работ
1	Введение	2	1
2	Окружающая среда и здоровье.	2	2
3	Экстремальные факторы.	2	0
4	Режим дня.	1	1
5	Вредные привычки	2	1
6	Влияние физкультуры и спорта на организм человека.	1	1
7	Питание и здоровье.	2	2
8	Диагностические процедуры больных	1	0
9	Бактерии, вирусы и человек.	4	1
10	Прививки и вакцины.	1	0
11	Заболевания опорно-двигательной системы.	2	3
12	Основные болезни сердечно - сосудистой системы.	2	1
13	Дыхательная система	1	1
14	Заболевания пищеварительной системы	1	0
15	Заболевания выделительной системы.	1	0
16	Распространенные заболевания нервной системы	1	0
17	Уход и профилактика болезней кожи.	2	2
18	Болезни зрительного анализатора.	1	1
19	Болезни слухового анализатора.	1	0
20	Наследственные болезни.	1	0
21	Иммуномодуляторы	1	0
22	Народная медицина.	1	0
23	Итоговое занятие профориентационной направленности.	1	0
	ИТОГО	34	17

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№п \п	Название занятия	Видеофильм ы, проекты.	коррекция
1	.Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст.	Просмотр видеофильма «Ключи от долголетия»	
2	Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека. Практическая работа № 1. Составление рекомендаций		

	метеозависимым людям.		
3	Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления. Как влияют перепады температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури. Практическая работа № 2. Составление рекомендаций людям, подверженных влиянию магнитных бурь.		
4	Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений. Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению. Лабораторная работа №1. Какие заболевания провоцирует загрязнение воздуха.		
5	Влияние перегрузок и невесомости на организм человека	Просмотр видеофильма «Человек в космосе»	
6	Электрические и магнитные поля и их влияние на человека. Радиация. Рентгеновское излучение.	Просмотр видеофильма «Чем опасна радиация».	
7	Режим дня. Биологические ритмы. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна. Практическая работа № 3. Разработка собственного режима дня с учетом школьных занятий и подготовки Д/З.		
8	Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение. Электронные сигареты - вредно или нет.		
9	Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.	Просмотр видеофильма «Вредные привычки как разрушители здоровья»	
10	Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы. Влияние физической активности на укрепление дыхательной и		

	кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови. Практическая работа № 4. Измерение жизненного объема легких у тренированного и нетренированного человека.		
11	Понятие о правильном питании и режиме приема пищи. Практическая работа № 5. Составление индивидуального рациона питания.		
12	Химический состав пищи. Калорийность. Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ. Практическая работа № 6. Расчет калорийности обеда.		
13	Лечебные и диагностические процедуры. Клинические анализы и их расшифровка.		
14	Общие сведения об инфекциях. Источники заражения и пути их передачи. Сроки инкубационного периода некоторых И.Б. Сроки изоляции больных и средства защиты (пути) лиц, обращающихся с ними.		
15	Бактерии - возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика. Практическая работа № 7. Выращивание бактерии- картофельной палочки.		
16	Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа - клиника, лечение и профилактика.		
17	Антибиотики, их влияние на организм человека.		
18	Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки. Виды вакцинации. Как изготавливают вакцины.	Просмотр видеофильма «Вакцина»	
19	Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Клиника и признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия. Практическая работа №8 «Диагностика плоскостопия и сколиоза».Практическая работа №9 «Разработка мер по		

	профилактике сколиоза в школе и дома»		
20	Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи. Практическая №10. «Наложение шины при переломах»		
21	Возрастные изменения в сердечно - сосудистой системе, Изменение кровообращения. Клиника и признаки заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, атеросклероза. Практическая работа №11. Измерение артериального давления.		
22	Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии. Кровотечения, оказание первой помощи. Практическая работа №12. Наложение стерильных повязок на голову, грудь, живот, конечности. Наложение жгута при кровотечениях.		
23	Возрастные изменения дыхательной системы. Причины возникновения и признаки заболевания. Клиника и признаки заболевания ринита, ОРЗ, гайморита, горной болезни. Клиника и признаки заболевания бронхиальной астмой, пневмонией, раком легких, туберкулезом. Практическая работа №13. «Измерение ЖОЛ». «Оказание первой помощи при остановке дыхания»		
24	Клиника и профилактика болезней желудочно-кишечного тракта: гастрита, язвы желудка, дисбактериоза, панкреатита, холецистита. Симптомы и лечение аппендицита, цирроза печени. Неправильное пищевое поведение – анорексия.	Просмотр видеофильма «Живая еда»	
25	Симптомы и причины развития цистита и почечнокаменной болезни.	Просмотр видеофильма «Искусственная почка»	
26	Возрастные изменения нервной системы. Симптомы и клиника течения амнезии, мигрени, рака головного мозга, комы. Признаки эпилепсии, менингита,		

	стресса и депрессии. Заболевания, связанные с задержкой психологического развития у детей: ЗПР и олигофрения		
27	Причины, профилактика и симптомы дерматита, герпеса, меланомы, псориаза, грибковых заболеваний. Как избавиться от веснушек, бородавок и угрей. Какие проблемы кожи можно решить с помощью масок? Различные виды масок. Уход за кожей. Способствует ли солярий развитию рака кожи. Какой должна быть подростковая косметика. Уход за ногтями и волосами. Практическая работа №14. Определение типа кожи и подбор крема по уходу за кожей лица.	Просмотр видеофильма (советы врача) «Подростковые угри»	
28	Обморожения и ожоги их классификация. Практическая работа №15. Оказание первой помощи при ожогах и обморожениях.		
29	Возрастные изменения органов зрения. Особенности развития болезни: катаракта, глаукома, отслоение сетчатки. Причины, профилактика и симптомы близорукости, дальнозоркости, конъюнктивита. Практическая работа №16. Определение остроты зрения по таблице. Зарядка для глаз.		
30	Возрастные изменения органов слуха. Причины, профилактика и симптомы синусита, отита. серной пробки, тугоухости.		
31	Причины возникновения и симптомы гемофилии, дальтонизма, синдрома Дауна.		
32	Современные иммуномодуляторы, можно ли применять без рецепта врача? Проблемы современной иммунологии, аллергии и генетики.	Исследовательская работа: «Проблемы современной иммунологии, аллергии и генетики».	
34	Этика и деонтология в медицине.		

Оборудование: цифровые лаборатории «POLUSLAB» по биологии и физиологии, микроскопы учебные «Эврика».

Литература: (для учителя)

1. Росляков Г.Е. “Враги нашего здоровья”. М.: Знание, 1992. – 98с. – (Нар. Унт – т.Факт. Здоровья. № 7).
2. Чуднов В.И. “Берегите тишину”. М., “Медицина”, 1978.
3. Энциклопедия народная медицина. Общие болезни. Т. 1. 2. Раздел 1 “Как вырастить ребенка здоровым?”. – М.: АНС, 1993 – 384 с.
4. Энциклопедия народная медицина. Т.1. “Авитаминозы – простуда”. – М.: АНС, 1992 – 400с.
5. Ресурсы Интернета.
6. Электронные и энциклопедические справочники.
7. Основы медицинских знаний. Е.Е. Тен. Москва. Издательство «Мастерство» 2002год.
8. Основы медицинских знаний. Семейная академия. Р.В. Овчарова. Вопросы и ответы. Москва. «Просвещение». Учебная литература. 1996 год
9. Основы медицинских знаний учащихся. Пробный учебник для средних учебных заведений, под редакцией М.И. Гоголева. Москва. «Просвещение» 1991год.

Литература: (для детей)

1. Соколов Ю.Е. “Книга знаний для детей”. – М.: ООО “Издательство Астрель”, 2001 – 320с.
2. Жербин Е.А. “Река жизни”. – М.; Знание, 1990 – 224с. –
3. Энциклопедия для детей. Том 18. Человек 4.2. “Архитектура души”. М.; Аванта + , 2002. – 640с.
4. Детская энциклопедия. Т. 18. Человек. «Аванта +» Москва, 2002 год.