

**Рассмотрена** на заседании  
ШМО учителей географии, физики, биологии, химии  
Протокол от 29.08. 2023 г №   1    
Руководитель ШМО \_\_\_\_\_ Гусева Е.Ю.

**Принята** на НМС МБОУ СОШ №1  
Протокол от 30.08.2023 г №   1    
Председатель НМС \_\_\_\_\_ Турова Е.В.

**Утверждена**  
Приказом директора МБОУ СОШ № 1  
От 30.08.2023 г № 102-ос  
\_\_\_\_\_ И.Ю. Глазырина

**Рабочая программа  
внеурочного курса  
«За страницами учебника биологии»  
для 8 б класса количество часов: 34 часа  
(1 час в неделю)**

Составила: **Михалева Оксана Юрьевна,**  
учитель биологии высшей квалификационной категории.

Воткинск  
2023-2024 учебный год.

Составлена  
на основе требований ФГОС СОО

## I. Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «За страницами учебника биологии» для учащихся 8 б класса разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, с учётом планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования МБОУ СОШ №1 им. И.П. Чайковского.

Программа внеурочной деятельности «За страницами учебника биологии» реализует общеинтеллектуальное направление внеурочной деятельности.

**Актуальность.** 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 образовательному учреждению 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.

Программа внеурочной деятельности «За страницами учебника биологии» в 8 классе способствует формированию основ здорового образа жизни и сочетает в себе практическую, проектную и исследовательскую деятельность. Предусмотрено ознакомление с приёмами оказания доврачебной помощи, повышающие понимание важности выполняемого дела.

Также предлагаемый курс внеурочной деятельности может поддержать и углубить знания по биологии (анатомии человека).

В программу введен не только анатомио-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.

Программа имеет прикладное значение – профориентации. Он поможет проверить целесообразность выбора профиля дальнейшего обучения и будущей профессии выпускника. Поэтому, учащиеся 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.

**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»

- обучение практическим навыкам оказания первой доврачебной помощи в различных опасных для жизни ситуациях.

**Срок реализации программы:** программа реализуется в течение 1 года через внеурочную деятельность «За страницами учебника биологии», проводится в 8 б классе в объеме 34 часа в год.

## II. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Освоение программы обучающимися позволит получить следующие результаты:

### *Личностные:*

- сформированность мотивации учеников к обучению и целенаправленной познавательной деятельности;
- способность ставить цели и строить жизненные планы;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве;
- осуществлять сознательный выбор своей индивидуальной траектории учения;
- осуществлять осознанный выбор и построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- развитие чувства личной ответственности за качество окружающей информационной среды.

### *Метапредметные:*

- постановка и формулирование проблемы;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, устанавливать причинно-следственные связи
- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности;
- вступать в диалог и участвовать в коллективном обсуждении проблемы, аргументировать свою позицию;
- осуществлять информационный поиск для решения задач в учебной, справочной, научно-популярной литературе, в сети Интернет, других поисковых системах.
- обучать основам реализации проектно-исследовательской деятельности;
  - самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера;

В ходе освоения программы внеурочной деятельности " За страницами учебника биологии" учащиеся 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, средствах профилактики ОРЗ, ОРВИ и других болезней. Учащиеся научатся определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье, заботиться о своем здоровье, оказывать первую медицинскую помощь.

### III. Содержание курса

Название раздела	Содержание раздела	Вид деятельности	Форма организации
Введение	Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст. Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека.	Познавательная деятельность	Беседа, рассказ учителя, работа с дополнительными источниками информации, просмотр видеофильма
Окружающая среда и здоровье.	Влияние смены погоды, в т.ч и температуры, на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления. Магнитные бури. Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений. Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению.	Познавательная деятельность, исследовательская деятельность	Беседа, рассказ, практическая работа, лабораторная работа
Экстремальные факторы.	Влияние перегрузок и невесомости на организм человека. Электрические и магнитные поля и их влияние на человека. Радиация. Рентгеновское излучение.	Познавательная деятельность	Беседа, просмотр видеофильма, сообщения учащихся
.Режим дня.	Режим дня. Биологические ритмы. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна.	Познавательная деятельность	Тематический диспут, практикум
.Вредные привычки	Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение. Электронные сигареты - вредно или нет. Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.	Познавательная деятельность, игровая деятельность	Групповая проблемная работа, просмотр видеофильма
Влияние	Значение физической активности в современном обществе.	Познавательная	Беседа. сообщения учащихся,

физкультуры и спорта на организм человека.	Укрепление и развитие опорно-двигатель-ного аппарата и нервной системы. Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.	деятельность, проблемно-ценностное общение	практическая работа
Питание и здоровье.	Понятие о правильном питании и режиме приема пищи. Химический состав пищи. Калорийность. Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.	Познавательная деятельность	Беседа, тематический диспут, практическая работа
Диагностические процедуры больных	Лечебные и диагностические процедуры. Клинические анализы и их расшифровка	Познавательная деятельность, исследовательская деятельность	Рассказ, демонстрация, практическая работа, экскурсия в клиническую лабораторию
Бактерии, вирусы и человек.	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. Бактерии, возбудители болезней: скарлатины, коклюша, ангины, пневмонии, чумы, ботулизма, туберкулеза – клиника, лечение и профилактика. Антибиотики, их влияние на организм человека. Вирусы, возбудители болезней: краснухи, ветрянки, свинки, гриппа, СПИДа - клиника, лечение и профилактика.	Познавательная деятельность	Рассказ учителя, конференция учащихся, практическая работа
Уход за больными	Уход за больными пожилого возраста и лежачими больными. Уход за инфекционными больными. Уход за новорожденными детьми.	Познавательная деятельность	Рассказ, демонстрация, посещение ГКБ № 11
Прививки и вакцины.	Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки. Виды вакцинации. Как изготавливают вакцины.	Познавательная деятельность	Эвристическая беседа, просмотр видеофильма
Заболевания опорно-двигательной системы.	Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Клиника и признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия. Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи.	Познавательная деятельность	Проблемная ситуация, практикум по оказанию первой медицинской помощи, практическая работа
Основные болезни	Возрастные изменения в сердечно - сосудистой системе,	Познавательная	Групповая работа, практикум по

сердечно-сосудистой системы.	- Изменение кровообращения. Клиника и признаки заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, атеросклероза. Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии. Кровотечения, оказание первой помощи.	деятельность	оказанию первой медицинской помощи, практическая работа
Дыхательная система	Возрастные изменения дыхательной системы. Причины возникновения и признаки заболеваний. Клиника и признаки заболевания ринита, ОРЗ, гайморита, горной болезни. Клиника и признаки заболевания бронхиальной астмой, пневмонией, раком легких, туберкулезом.	Познавательная деятельность	Беседа, практическая работа
Заболевания пищеварительной системы.	Клиника и профилактика болезней желудочно-кишечного тракта: гастрита, язвы желудка, дисбактериоза, панкреатита, холецистита. Симптомы и лечение аппендицита, цирроза печени. Неправильное пищевое поведение – анорексия.	Познавательная деятельность	Круглый стол, просмотр видеофильма
Заболевания выделительной системы.	Симптомы и причины развития цистита и почечнокаменной болезни.	Познавательная деятельность	Рассказ, просмотр видеофильма
Болезни анализаторов	Возрастные изменения органов зрения. Особенности развития болезни: катаракта, глаукома, отслоение сетчатки. Причины, профилактика и симптомы близорукости, дальнозоркости, конъюнктивита. Возрастные изменения органов слуха. Причины, профилактика и симптомы синусита, отита. серной пробки, тугоухости.	Познавательная деятельность	Практическая работа, сообщения учащихся
Уход и профилактика болезней кожи.	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? Обморожения и ожоги их классификация. Уход за кожей. Способствует ли солярий развитию рака кожи. Какой должна быть подростковая косметика. Уход за ногтями и волосами.	Познавательная деятельность, исследовательская деятельность	Практическая работа, просмотр презентаций учащихся,
Итоговое занятие	Этика и деонтология в медицине.	Игровая	Ролевая игра

профориентационной направленности.		деятельность	
------------------------------------	--	--------------	--

### Содержание тем, разделов

**Раздел 1.** Введение (1 час).

**Раздел 2.** Окружающая среда и здоровье человека (4 часа).

**Раздел 3.** Экстремальные факторы, их влияние на человека (3 часа).

**Раздел 4.** Режим дня (2 часа).

**Раздел 5.** Вредные привычки (2 часа).

**Раздел 6.** Влияние физкультуры и спорта на организм человека (2 часа).

**Раздел 7.** Питание и здоровье (3 часа).

**Раздел 8.** Диагностические процедуры больных людей (2 часа).

**Раздел 9.** Вирусы, бактерии и человек (3 часа).

**Раздел 10.** Уход за больными (1 час).

**Раздел 11.** Прививки и вакцины (1 час).

**Раздел 12.** Заболевания опорно-двигательной системы (2 часа).

**Раздел 13.** Заболевания сердечно - сосудистой системы (2 часа).

**Раздел 14.** Заболевания дыхательной системы (1 час).

**Раздел 15.** Заболевания пищеварительной системы (1 час).

**Раздел 16.** Заболевания выделительной системы (1 час).

**Раздел 17.** Заболевания анализаторов (1 час).

**Раздел 18.** Уход и профилактика болезней кожи (1 час).

**Раздел 19.** Итоговое занятие профориентационной направленности (1 час).

#### **IV. Тематическое планирование**

##### **1) Учебный план**

№	Разделы	Всего часов	Теоретические	Практические	Контроль
1.	Введение	1	1		
2.	Окружающая среда и здоровье человека	4	2	2	
3.	Экстремальные факторы, их влияние на человека	3	2	1	
4.	Режим дня	2	1	1	
5.	Вредные привычки	2	2		
6.	Влияние физкультуры и спорта на организм человека	2	1	1	



7.	Питание и здоровье	3		3	
8.	Диагностические процедуры больных людей	2		2	
9.	Вирусы, бактерии и человек	3	3		
10.	Уход за больными	1		1	
11.	Прививки и вакцины	1	1		
12.	Заболевания опорно-двигательной системы	2		2	
13.	Заболевания сердечно - сосудистой системы	2	1	1	
14.	Заболевания дыхательной системы	1	1		
15.	Заболевания пищеварительной системы	1	1		
16.	Заболевания выделительной системы	1	1		
17.	Заболевания анализаторов	1		1	
18.	Уход и профилактика болезней кожи	1	1		
19.	Итоговое занятие профориентационной направленности	1			1
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	<b>18</b>	<b>15</b>	<b>1</b>

## 2) Тематический план

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов всего	В том числе		Форма контроля
			Теория	Практика	
	<b>Введение (1 час)</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
1	<b>Вводный инструктаж при работе в кабинете биологии.</b> Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст.	1	1		Беседа, просмотр видеофильма
	<b>Окружающая среда и здоровье человека (4 часа)</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
2	Влияние погодных условий на состояние здоровья человека.	1	1		беседа
3	Влияние перепадов температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури.	1		1	Практикум
4	Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений.	1		1	Лабораторная работа
5	Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению.	1	1		беседа
	<b>Экстремальные факторы, их влияние на человека (3 часа)</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	
6	Влияние перегрузок и невесомости на организм человека.		1		беседа
7	Электрические и магнитные поля и их влияние на человека.			1	практикум
8	Радиация. Рентгеновское излучение.		1		Просмотр видеофильма
	<b>Режим дня (2 часа)</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
9	Режим дня. Биологические ритмы.	1		1	практикум
10	Роль сна и здоровье человека. Нарушение сна.	1	1		Просмотр видеофильма
	<b>Вредные привычки (2 часа)</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
11	Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение.	1	1		Тематический диспут
12	Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.	1	1		Просмотр видеофильма
	<b>Влияние физкультуры и спорта на организм человека (2 часа)</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	

13	Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.	1	1		беседа
14	Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.	1		1	Практикум
	<b>Питание и здоровье ( 3 часа)</b>	<b>3</b>		<b>3</b>	
15	Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.	1		1	Практикум
16	Химический состав пищи. Калорийность.	1		1	Практикум
17	Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.	1		1	Практикум
	<b>Диагностические процедуры больных людей ( 2 часа)</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	
18	Лечебные и диагностические процедуры	1		1	Экскурсия
19	Клинические анализы и их расшифровка.	1		1	Практикум
	<b>Вирусы, бактерии и человек (3 часа)</b>	<b>3</b>	<b>3</b>		
20	Общие сведения об инфекциях. Источники заражения и пути их передачи.	1	1		Круглый стол
21	Бактерии, возбудители болезней, признаки бактериальных инфекций, лечение и профилактика.	1	1		Реферат
22	Вирусы, возбудители болезней, признаки вирусных инфекций, лечение и профилактика.	1	1		реферат
	<b>Уход за больными (1 час)</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	
23	Уход за больными пожилого возраста и лежачими больными.	1		1	Экскурсия
	<b>Прививки и вакцины (1 час)</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
24	Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки.	1	1		Просмотр видеофильма
	<b>Заболевания опорно-двигательной системы (2 часа)</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	
25	Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия.	1		1	Практикум

26	Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи.	1		1	Практикум
	<b>Заболевания сердечно - сосудистой системы (2 часа)</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
27	Клиника и признаки заболевания ишемической болезни сердца, гипертонии, гипотонии, атеросклероза.	1	1		Беседа
28	Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии.	1		1	практикум
	<b>Заболевания дыхательной системы (1 час)</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
29	Клиника и признаки заболевания ринита, ОРЗ, гайморита, бронхиальной астмой, пневмонией, раком легких, туберкулезом.	1	1		Беседа
	<b>Заболевания пищеварительной системы (1 час)</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
30	Клиника и профилактика болезней желудочно-кишечного тракта: гастрита, язвы желудка, дизбактериоза, панкреатита, холецистита.	1	1		Тематический диспут
	<b>Заболевания выделительной системы (1 час)</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
31	Симптомы и причины развития цистита и почечнокаменной болезни.	1	1		Просмотр видеофильма
	<b>Заболевания анализаторов (1 час)</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	
32	Болезни органов зрения и слуха.	1		1	Практикум
	<b>Уход и профилактика болезней кожи (1 час)</b>	<b>1</b>	<b>1</b>		
33	Причины, профилактика и симптомы дерматита, герпеса, меланомы, псориаза, грибковых заболеваний.	1	1		Просмотр видеофильма
	<b>Итоговое занятие профорientационной направленности (1 час)</b>	<b>1</b>		<b>1</b>	
34	Ролевая игра "Хочу быть врачом..."			1	Ролевая игра

### 3) Практическая часть программы (контроль)

№ п/п	Вид контроля, тема	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Год
1	Влияние перепадов температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури.	+				
2	Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений	+				
3	Электрические и магнитные поля и их влияние на человека.	+				
4	Режим дня. Биологические ритмы.		+			
5	Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.		+			
6	Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.			+		
7	Химический состав пищи. Калорийность.			+		
8	Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.			+		
9	Клинические анализы и их расшифровка.			+		
10	Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия.			+		
11	Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи.				+	
12	Профилактика и лечение инфаркта миокарда, инсульта, анемии.				+	

13	Болезни органов зрения и слуха.				+	
	<b>Итого</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>13</b>

**Методический инструментарий оценки достижения предметных результатов обучающихся**

Оценка за итоговую контрольную работу выставляется в форме зачет/незачет. Зачет ставится при выполнении 70% заданий. Оценка за самостоятельную работу выставляется в форме зачет/незачет. Зачет ставится при выполнении 70% заданий.