

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Нарымская средняя школа»

Рекомендовано:

Экспертный совет

МКУ Отдела Образования

«__» _____ 20__ г.

Протокол № _____

Утверждено:

Директор школы:

Саитов Р.Ю

Приказ №

«__» _____ 20__ г.

Рабочая программа элективного курса по биологии

«Мое здоровье – мое богатство»

Для обучающихся 9 класса

Составитель:

Петрова А.А., учитель биологии

первой квалификационной категории

Нарым-2015.

Пояснительная записка.

Сегодня о здоровье детей и подростков говорят не только учителя и врачи, но и представители общественности и политики. По результатам медицинского осмотра 20-25 % школьников могут быть названы по настоящему здоровыми. Состояние окружающей среды становится всё менее благоприятным для существования человека, его здоровья.

Приоритет в вопросах овладения учащимися знаниями о здоровье и способах его укрепления принадлежит биологии. Особое значение имеет раздел «Человек», именно поэтому данный элективный курс можно использовать как обобщающий курс, направленный на углубление и расширение знаний научных основ здорового образа жизни для учащихся 9 классов.

Исследования показывают, что здоровье населения более чем на 50% зависит от образа жизни, на 15-20% от состояния окружающей среды и на столько же от наследственности человека и системы здравоохранения.

Образ жизни должен отвечать оптимальным гигиеническим требованиям и нормам. В связи с этим возрастает роль школы не только в укреплении здоровья учащихся, но и в пропаганде здорового образа жизни, формировании убеждённости в его необходимости, профилактике вредных привычек. Базовый уровень биологического образования даёт учащимся минимум знаний и представлений об окружающем мире. Профильное школьное биологическое образование предназначено не столько углубить этот уровень, сколько систематизировать полученную информацию и сформулировать у учащихся целостные представления о мире живой природы.

Курс «Мое здоровье – мое богатство» углубляет содержание раздела курса биологии “Человек и его здоровье”, использует межпредметные связи с основными курсами биологии, экологии, химии.

Курс рассчитан на 8 часов и будет способствовать формированию здорового образа жизни подростков и познакомит с системой адаптации в окружающей среде.

ЦЕЛЬ КУРСА:

Формирование потребности в здоровом образе жизни.

ЗАДАЧИ КУРСА:

- расширение теоретических знаний школьников в образовательной области «Мое здоровье – мое богатство»;

- создать условия для формирования у подростков навыков общей культуры, включая культуру тела, основы санитарии и гигиены;
- обеспечить профилактику и отказ от вредных привычек;
- способствовать формированию положительной мотивации выработки своего индивидуального способа поведения, позволяющего сохранить своё здоровье в современных условиях жизни.

Методы работы: лекции, беседы, дискуссии, семинары, практическая работа.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ЗНАНИЯМ И УМЕНИЯМ

В результате изучения элективного курса учащиеся должны приобрести новые знания и умения.

учащиеся должны знать:

- о факторах формирующих здоровье;
- о факторах разрушающих здоровье;
- знать способы укрепления здоровья;
- о наследственности и здоровье;
- элементарные санитарно-гигиенические нормы, способствующие сохранению здоровья.

учащиеся должны уметь:

- воспроизводить нужную информацию и противостоять вредным привычкам и пристрастиям;
- учиться рефлексии и навыкам укрепления и улучшения своего здоровья.

Учебно-тематическое планирование.

№	Название тем и занятий	Всего часов	Виды деятельности
1	Введение: пути формирования здорового образа жизни подростка.	1	Вводная лекция,
2	Вред алкоголя, борьба с алкоголизмом. Детский и подростковый алкоголизм. Влияние алкоголя на здоровье девушки.	1	Беседа Просмотр фильма
3.	Курение. Влияние сигарет на организм подростка.	1	Лекция. Анкетирование
4.	Наркотическая зависимость, токсикомания пути решения проблем.	1	Беседа, работа с дополнительной

			литературой, интернет- ресурсами.
5	Понятие о простудных заболеваниях, отрицательное воздействие на организм: бактериальных и вирусных инфекций.	1	Практическая работа “Исследование: частота заболевания школьников простудой в своей школе”.
6	Понятие СПИД/ВИЧ, причины и пути заражения. Распространение СПИДа в мире, стране.	1	Беседа Просмотр фильма
7	Обобщение “Мое здоровье – мое богатство”	2	Итоги исследовательских работ школьников. Представление результатов своей деятельности: защита презентаций, проектов, фильмов, собранной информации и т.д.

Содержание программы.

1. Введение.

“Здоровье как одна из главных ценностей человека и пути его формирования”. Пути формирования здорового образа жизни.

Вредные привычки, их профилактика.

2. Алкоголизм. Вред алкоголя, причины, приводящие к алкоголизму, профилактика и борьба с алкоголизмом. Алкоголизм подростка, особенности течения, последствия. Детский и подростковый алкоголизм. Девушка и алкоголь, влияние на организм алкоголя, причины, особенности течения беременности, осложнения беременности при употреблении алкоголя.

3. Курение. Состав компонентов табачного дыма, влияние курения на системы органов подростка. Психологическое и физиологическое влияние табакокурения на детский организм, организм подростка, новорождённого, девушки, последствия.

4.. Наркомания, наркотические вещества и их отрицательное влияние на физическое и умственное развитие подростков. Наркотическая зависимость. Пути решения проблем. Токсикомания, токсические вещества, их отрицательное влияние на организм подростка. Причины и последствия детской токсикомании.

5. Простудные заболевания.

Понятие о простудных заболеваниях, их отрицательное воздействие на организм подростка (ангина, грипп, ОРЗ). Воздействие на организм бактериальных и вирусных инфекций: грипп, ангина, герпес и т.д. Как избежать себя от простуды, профилактика простудных заболеваний

6. Заболевания подростков, передающиеся половым путём.

5.1. Понятие СПИД/ВИЧ инфекции, способы заражения, причины, симптомы заболевания, пути предотвращения заболевания. Распространение СПИД/ВИЧ в мире, стране.

Использование ИКТ, просмотр фильма.

7. Обобщение: “Мое здоровье – мое богатство”.

Подведение итогов исследовательских работ школьников, представление результатов своей деятельности: защита презентаций, проектов, роликов, собранной информации и т.д.

Литература, используемая учителем

1. Богарад И.В. “Больной и врач”. М.: Знание, 1982. – 96с. – (Нар. Унт – т. Факт. Здоровья. № 8).
2. Волкова Е.И. Издательство академии педаг. Наук РСФСР Москва 1961 г.
3. Волков Г.И. “Нервный ребенок: каприз или болезнь?” - М.: знание, 1982. – 224с. –
4. Росляков Г.Е. “Враги нашего здоровья”. М.: Знание, 1992. – 98с. – (Нар. Унт – т. Факт. Здоровья. № 7).
5. Учиться жить здоровым – свет.-1992 №12-с34-3 Ротенберг В.С.,Бондаренко С.М. Мозг, обучение здоровью. М.,2000.
6. Чуднов В.И. “Берегите тишину”. М., “Медицина”, 1978.
7. Энциклопедия народная медицина. Общие болезни. Т. 1. 2. Раздел 1 “Как вырастить ребенка здоровым?”. – М.:АНС, 1993 – 384 с.
8. Энциклопедия народная медицина. Т.1. “Авитаминозы – простуда”. – М.: АНС, 1992 – 400с.

Литература, рекомендуемая ученику

1. Коростылев Н.Б. “От А до Я” изд. Медицина, 1980 год.
2. Ротенберг Р. “Расти здоровым”: Детская энциклопедия здоровья. Пер. с англ. – М.: физкультура и спорт, 1991 – 592с., ил.
3. Соколов Ю.Е. “Книга знаний для детей”. – М.: ООО “Издательство Астрель”, 2001 – 320с. Издательский дом “Приамурские ведомости”, 2004 – 160 с.
4. Жербин Е.А. “Река жизни”. – М.; Знание, 1990 – 224с. –
5. Энциклопедия для детей. Том 18. Человек 4.2. “Архитектура души”. М.; Аванта + , 2002. – 640с.

