

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Управление образования исполнительного комитета**  
**Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан**  
**МБОУ "КП СОШ № 1" НМР РТ**

РАССМОТРЕНО

на педагогическом совете

МБОУ «КПСОШ №1» НМР РТ

Протокол №2

от «29» 08 2023 г.



Н.П. Мичурина

2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

внеурочной деятельности по биологии

«За страницами учебника биологии»

для обучающихся 10 класса

пгт Камские Поляны  
2023г

## Пояснительная записка

**Учитель Файзуллина Л.М.**

**1 . Направление деятельности – общеинтелектуальное.**

**2. Возраст учащихся – 14-15 лет.**

**3.Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

**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;

**4. Содержание программы:**

№	Раздел/тема	Виды внеурочной деятельности	Формы внеурочной деятельности
---	-------------	------------------------------	-------------------------------

1	Введение	Познавательная Игровая	-самостоятельная работа учащихся; - зачеты; -консультация - индивидуальные задания
2	Окружающая среда и здоровье	Познавательная Игровая	самостоятельная работа учащихся; - зачеты; -консультация -индивидуальные задания
3	Экстремальные факторы	Познавательная Игровая	-самостоятельная работа учащихся; - зачеты; -консультация -познавательные игры -интеллектуальные игры -олимпиада
4	Режим дня	игры, викторины, выпуск буклетов, защита проектов, беседы	опрос, тестирование, консультации, самостоятельная работа учащихся, познавательные игры
5	Влияние физкультуры и спорта на организм чел	игры, викторины, выпуск буклетов, защита проектов, беседы	опрос, тестирование, консультации, самостоятельная работа учащихся; познавательные игры
6	Питание и здоровье	игры, викторины, выпуск буклетов, защита проектов, беседы	опрос, тестирование, консультации, самостоятельная работа учащихся, познавательные игры
7	Прививки и вакцины	игры, викторины, выпуск буклетов, защита проектов, беседы	опрос, тестирование, консультации, самостоятельная работа учащихся; познавательные игры
8	Наследственные болезни	игры, викторины, выпуск буклетов, защита проектов, беседы	опрос, тестирование, консультации, самостоятельная работа учащихся; познавательные игры
9	Вредные привычки	игры, викторины, выпуск буклетов, защита проектов, беседы	опрос, тестирование, консультации, самостоятельная работа учащихся; познавательные игры

10	Распространенные заболевания нервной системы	игры, викторины, выпуск буклетов, защита проектов, беседы	опрос, тестирование, консультации, самостоятельная работа учащихся; познавательные игры
11	Народная медицина	игры, викторины, выпуск буклетов, защита проектов, беседы	опрос, тестирование, консультации, самостоятельная работа учащихся; познавательные игры

## 5. Тематическое планирование:

<b>№</b>	<b>Название раздела, тема.</b>
<b>1.Введение -2 часа</b>	
1	Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека.
2	Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст.
<b>2. Окружающая среда и здоровье.-4 часа</b>	
3	.Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления.
4	Как влияют перепады температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури.
5	Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений.
6	Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению.
<b>3. Экстремальные факторы.-3 часа</b>	
7	Влияние перегрузок и невесомости на организм человека.
8	Электрические и магнитные поля и их влияние на человека.
9	Радиация. Рентгеновское излучение.
<b>4.Режим дня-2 часа</b>	
10	Режим дня. Биологические ритмы.
11	Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна.
<b>5.Влияние физкультуры и спорта на организм человека.-3 часа</b>	
12	Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.
13	Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы.
14	Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.
<b>6. Питание и здоровье.-6 часов</b>	
15	Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.
16	Химический состав пищи. Калорийность.
17	Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.
18	Совместимость и калорийность продуктов питания.
19	Лечебное питание при заболеваниях пищеварительной системы(язвенные заболевания,
20	болезни печени, ожирение, гастрит, аллергические болезни)
<b>7.Прививки и вакцины.-2 часа</b>	
21	Активная и пассивная иммунизация. Профилактические прививки.
22	Виды вакцинации. Как изготавливают вакцины.
<b>8.Наследственные болезни-3 часа</b>	
23	Наследственные и врожденные заболевания
24	Болезни, передающиеся половым путем

25	СПИД- чума ХХвека
<b>9.Вредные привычки -4 часа</b>	
26	Вредное пристрастие к курению. Электронные сигареты - вредно или нет.
27	О слепой и страшной силе -алкоголе
28	Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.
29	Какое воздействие на организм оказывают звуки музыки
<b>10.Распространенные заболевания нервной системы.-3 часа</b>	
30	Возрастные изменения нервной системы. Симптомы и клиника течения амнезии, мигрени, рака головного мозга, комы.
31	Признаки эpileпсии, менингита, стресса и депрессии.
32	Заболевания, связанные с задержкой психологического развития у детей: ЗПР и олигофрения
<b>11.Народная медицина</b>	
33	Народная медицина сегодня. Лечебные травы и их влияние на организм человека.
34	Можно ли лечить болезни с помощью массажа, показания для массажа.
35	Итоговое занятие. Здоровый образ жизни и его влияние на природу человека