

«Рассмотрено»
Руководитель ШМО
 Абдулхакова Р.Р. /
протокол № 1
«28» августа 2020 г.

«Согласовано»
Зам. директора по УВР
МБОУ «Октябрьская СОШ»
 /Гайфуллина Ф.Х. /
«28» ав
густа 2020 г.

«Утверждено»
Директор
МБОУ «Октябрьская СОШ»
 /Назаров А.С. /
Приказ № 31
от «31» августа 2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
элективному курсу по биологии для 10 класса
Абдулхаковой Румии Рифкатовны учителя первой
квалификационной категории

ПРИНЯТО

на заседании педагогического совета школы
протокол № 1 от «28» августа 2020 г

2020-2021 учебный год.

Планируемые результаты освоения учебного предмета
Личностные

1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа). Осознание этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России); интериоризация гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов Верхнеуслонского района РТ.

2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

3. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества). Сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

4. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

5. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционирования интересов, процедур, готовность и способность к ведению переговоров). 6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и

общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности «другого» как равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования, организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала).

7. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

8. Развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (способность понимать художественные произведения, отражающие разные этнокультурные традиции; сформированность основ художественной культуры обучающихся как части их общей духовной культуры, как особого способа познания жизни и средства организации общения; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры; уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека; потребность в общении с художественными произведениями, сформированность активного отношения к традициям художественной культуры как смысловой, эстетической и личностно-значимой ценности).

9. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

Метапредметные результаты освоения ООП

Метапредметные результаты, включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные).

Межпредметные понятия

Условием формирования межпредметных понятий, например таких как система, факт, закономерность, феномен, анализ, синтез является овладение обучающимися основами читательской компетенции, приобретение навыков работы с информацией, участие в проектной деятельности. В основной школе на всех предметах будет продолжена работа

по формированию и развитию **основ читательской компетенции**. Обучающиеся овладеют чтением как средством осуществления своих дальнейших планов: продолжения образования и самообразования, осознанного планирования своего актуального и перспективного круга чтения, в том числе досугового, подготовки к трудовой и социальной деятельности. У выпускников будет сформирована потребность в систематическом чтении как средстве познания мира и себя в этом мире, гармонизации отношений человека и общества, создании образа «потребного будущего».

При изучении учебных предметов обучающиеся усвершенствуют приобретённые на первом уровне **навыки работы с информацией** и пополнят их. Они смогут работать с текстами, преобразовывать и интерпретировать содержащуюся в них информацию, в том числе:

- систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;
- выделять главную и избыточную информацию, выполнять смысловое свёртывание выделенных фактов, мыслей; представлять информацию в сжатой словесной форме (в виде плана или тезисов) и в наглядно-символической форме (в виде таблиц, графических схем и диаграмм, карт понятий — концептуальных диаграмм, опорных конспектов);
- заполнять и дополнять таблицы, схемы, диаграммы, тексты.

В ходе изучения всех учебных предметов обучающиеся **приобретут опыт проектной деятельности** как особой формы учебной работы, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности; в ходе реализации исходного замысла на практическом уровне овладеют умением выбирать адекватные стоящей задаче средства, принимать решения, в том числе и в ситуациях неопределённости. Они получают возможность развить способность к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, поиску и осуществлению наиболее приемлемого решения.

Перечень ключевых межпредметных понятий определяется в ходе разработки основной образовательной программы основного общего образования образовательной организации в зависимости от материально-технического оснащения, кадрового потенциала, используемых методов работы и образовательных технологий.

В соответствии ФГОС ООО выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

Регулятивные УУД

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели

деятельности;

- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;

- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;

- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;

- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);

- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;

- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);

- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;

- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;

- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

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. Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;

- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;

- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;

- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;

- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;

- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;

- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать

изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;

- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

Познавательные УУД

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, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;

- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;

- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

8. Смысловое чтение. Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- преобразовывать текст, «переводя» его в другую модальность, интерпретировать текст (художественный и нехудожественный – учебный, научно-популярный, информационный, текст non-fiction);
- критически оценивать содержание и форму текста.

9. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:

- определять свое отношение к природной среде;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;
- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;
- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

10. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Обучающийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;
- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

Коммуникативные УУД

11. 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. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;

- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

12. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

13. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы,

необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;

- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

Предметные результаты

В результате изучения элективного курса «Валеология- наука о здоровье»:

Выпускник научится:

- выделять существенные признаки биологических объектов (животных клеток и тканей, органов и систем органов человека) и процессов жизнедеятельности, характерных для организма человека;
- аргументировать, приводить доказательства взаимосвязи человека и окружающей среды, родства человека с животными;
- аргументировать, приводить доказательства отличий человека от животных;
- аргументировать, приводить доказательства необходимости соблюдения мер профилактики заболеваний, травматизма, стрессов, вредных привычек, нарушения осанки, зрения, слуха, инфекционных и простудных заболеваний;
- объяснять эволюцию вида Человек разумный на примерах сопоставления биологических объектов и других материальных артефактов;
- выявлять примеры и пояснять проявление наследственных заболеваний у человека, сущность процессов наследственности и изменчивости, присущей человеку;
- различать по внешнему виду, схемам и описаниям реальные биологические объекты (клетки, ткани органы, системы органов) или их изображения, выявлять отличительные признаки биологических объектов;
- сравнивать биологические объекты (клетки, ткани, органы, системы органов), процессы жизнедеятельности (питание, дыхание, обмен веществ, выделение и др.); делать выводы и умозаключения на основе сравнения;
- устанавливать взаимосвязи между особенностями строения и функциями клеток и тканей, органов и систем органов;
- использовать методы биологической науки: наблюдать и описывать биологические объекты и процессы; проводить исследования с организмом человека и объяснять их результаты;
- знать и аргументировать основные принципы здорового образа жизни, рациональной организации труда и отдыха;
- анализировать и оценивать влияние факторов риска на здоровье человека;
- описывать и использовать приемы оказания первой помощи;

- знать и соблюдать правила работы в кабинете биологии.

Выпускник получит возможность научиться:

- *объяснять необходимость применения тех или иных приемов при оказании первой доврачебной помощи при отравлениях, ожогах, обморожениях, травмах, спасении утопающего, кровотечениях;*
- *находить информацию о строении и жизнедеятельности человека в научно-популярной литературе, биологических словарях, справочниках, Интернет-ресурсе, анализировать и оценивать ее, переводить из одной формы в другую;*
- *ориентироваться в системе моральных норм и ценностей по отношению к собственному здоровью и здоровью других людей;*
- *находить в учебной, научно-популярной литературе, Интернет-ресурсах информацию об организме человека, оформлять ее в виде устных сообщений и докладов;*
- *анализировать и оценивать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к здоровью своему и окружающих; последствия влияния факторов риска на здоровье человека.*
- *создавать собственные письменные и устные сообщения об организме человека и его жизнедеятельности на основе нескольких источников информации, сопровождать выступление презентацией, учитывая особенности аудитории сверстников;*
- *работать в группе сверстников при решении познавательных задач связанных с особенностями строения и жизнедеятельности организма человека, планировать совместную деятельность, учитывать мнение окружающих и адекватно оценивать собственный вклад в деятельность группы.*

Содержание элективного курса «Валеология - наука о здоровье»

Общее количество часов-70 ч.

Глава I

Социальная медицина(4ч)

Введение. Общее знакомство с курсом « Человек и его здоровье». Предмет и задачи курса. Роль физиологии в развитии науки. Связь физиологии с другими науками. Системный подход к здоровью человека. Медицинская статистика. Демографическое состояние здоровья населения России. Гигиена. Санитария. Факторы, определяющие здоровье населения. Современное финансирование медицинских учреждений, инвалидность, льготы, донорство. Занятия с элементами психологического тренинга « Здоровый образ жизни»

Глава II

Инфекционные заболевания (8 ч)

История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями. Причины инфекционных заболеваний. Периоды инфекционного заболевания, инкубационный период, выздоровление. Иммуитет, иммунная система. История становления иммунологии как науки (Л. Пастер, Э. Дженнер, И. И. Мечников, П. Эрлих, Р. Кох). Пути решения проблемы иммунопрофилактики. Инфекционные заболевания дыхательной системы: туберкулез, ОРВИ, грипп. Причины появления заболевания, меры профилактики. Вирусы, пути проникновения в организм, заболевания вызываемые вирусом. ВИЧ-инфекция; пути заражения, способы предупреждения, история открытия болезни. Профилактика заболевания. Разработка вакцины. Инфекционные заболевания

пищеварительной системы. Бактериальные кишечные инфекции: холера, дизентерия, сальмонеллез, ботулизм. Вирусные инфекции пищеварительной системы: гепатит А. Пищевые токсические инфекции. Глистные инвазии: аскаридоз, описторхоз. Заболевания кожи: чесотка, дерматит, грибковые заболевания. Симптомы. Причина, лечение. Занятия с элементами психологического тренинга «Здоровый образ жизни»

Глава III

Заболевания, связанные с вредными привычками (5ч)

Понятие «вредные привычки». Основные группы вредных привычек. Курение, мифы и реальность. Влияние курения на организм человека: анемия, нарушение зрения, заболевания сердечно-сосудистой системы, аллергия, ухудшение памяти, нарушение работы пищеварительной, половой системы, влияние на будущее потомство, психическая и физическая зависимость от никотина. Женское курение. Алкоголь. Влияние алкоголя на физическое и психическое здоровье человека. Причины употребления алкоголя. Возможность лечения людей, страдающих алкогольной зависимостью. Алкоголь и материнство. Наркотики. Классификация. Влияние наркотиков на организм человека. Зависимость, последствия. Токсикомания. Подростковая токсикомания. Причины. Последствия. Здоровый образ жизни. Факторы, сохраняющие здоровье. Занятия с элементами психологического тренинга «Здоровый образ жизни»

Глава IV

Распространенные хронические заболевания (4ч)

Классификация хронических заболеваний по группам. Анемии. Виды анемии: железодефицитные, витаминдефицитные, белководефицитные. Лейкозы. Хронические заболевания пищеварительной системы. Гастрит (острый, хронический), язва, дуоденит. Инфекции мочевыделительной системы: нефрит, цистит, астма, аллергия, аллергены, бронхиальная астма. Причины заболеваний, меры профилактики.

Глава V

Экстремальные ситуации: травматизм, отравления. Оказание первой помощи (7ч) Виды травм. Повреждение скелета: переломы, вывихи, растяжения. Причины травм. Предупреждение травматизма. Охрана труда. Оказание первой доврачебной помощи при травмах скелета. Повреждение кожи, ожоги, обморожения. Кровотечения: виды, меры оказания первой доврачебной помощи. Виды ядохимикатов, условия безопасного применения ядохимикатов. Меры первой помощи при отравлении ртутью, фосфорорганическими соединениями и общедоносивыми веществами.

Лабораторные работы

1. Оказание первой помощи при травмах скелета (наложение шин, повязок).
2. Использование трубчатого эластичного бинта для удерживания повязки на голове.
3. Оказание первой помощи при кровотечениях (наложение повязки).

Глава VI

Гигиена питания (5ч)

Значение питательных веществ для организма. Особенности обмена веществ в подростковом возрасте. Рациональное питание. Культура питания. Энергетическая ценность пищи. Нормы потребления продуктов. Диеты. Режим питания. Витамины, их многообразие. Гиповитаминозы и их последствия для организма. Значение минеральных солей и воды, влияние нитратов, нитритов, пестицидов и солей тяжелых металлов на

организм. Вредные пищевые добавки , их влияние на организм человека. Трансгенные продукты.

Лабораторная работа

1. Составление суточного рациона питания.

2. Определение вредных пищевых добавок в продуктах питания по содержимому этикетки.

Глава VII

Гигиена быта (2ч)

Гигиена света; зрение. Влияние света на организм человека, подбор световой гаммы для жилых помещений. Оборудование рабочего места школьника. Синтетические материалы, их влияние на организм человека. Использование синтетических моющих средств для уборки помещений. Лекарственные растения, их влияние на организм. Народная медицина - нужна ли она.

ГЛАВА IX

Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы (12ч)

Инфекции, передающиеся половым путем. Инкубационный период. Симптомы инфекций, передающиеся половым путем. Гонорея, сифилис, хламидиоз. Острая, хроническая форма. Способы предупреждения заболеваний. Методы контрацепции. Репродуктивное здоровье. Аборты. Опасность абортов для здоровья женщин. Гигиена беременной женщины; ранняя беременность и ее последствия. Планирование семьи, задачи, стоящие перед генетикой. Наследственные заболевания.. Центры планирования семьи. Демографическая политика. Гигиена мужчины и женщины. Психосексуальное развитие подросткового и юношеского возраста. Функциональные признаки полового созревания. Взаимоотношение полов
Лабораторная работа Особенности ухода за новорожденным . Практические работы
Составление родословной семьи; Решение генетических задач о человеке;

Глава X

Организация поведения и психики (3ч)

Потребности и мотивы поведения. Виды потребностей. Принципы организации поведения, принцип доминанты, внимание, принцип рефлекса. Изменчивость поведения. Обучение, умение, навыки, привычки. Функциональная организация мозга, функциональная асимметрия мозга.

Глава XI

Деятельность мозга и психические процессы (9ч)

Деятельность мозга, виды деятельности мозга, развитие деятельности мозга. Ощущение как основа познания мира. Сенсорная адаптация. Восприятие. Избирательность восприятия. Характер восприятия. Воображение: виды воображения. Внимание; виды внимания. Память: процессы памяти, запоминание, способы запоминания. Память, ее виды и значение для формирования мыслительной деятельности и поведения. Мышление. Типы мышления человека: абстрактное мышление, мыслительные операции. Речь: развитие речи, виды речи. Эмоции. Типы эмоциональных состояний. Лабораторные работы Определение типа восприятия; Определение объема внимания; Определение типа памяти.

Глава XII

Личность и ее свойства (4ч)

Индивид, индивидуальность, личность, задатки личности, талант, гениальность, развитие способностей. Темперамент и характер. Волевые качества личности. Внутренний мир человека. Формирование нравственных качеств личности. Этапы формирования личности. Самооценка. Влияние алкоголя и наркотиков на психику.

Глава V

Человек в обществе (2ч)

Общение и его функции. Средства общения. Конфликты. Признаки назревающего конфликта. Виды конфликтов. Стратегии поведения в конфликтах. Способы разрешения

Глава VI

Человек и биосфера (4ч)

Разносторонняя связь человека с природой Факторы среды. Современное состояние природных систем Земли. Состояние окружающей среды в нашей местности.

Окружающая среда и здоровье человека. Природно-очаговые заболевания. Последствия хозяйственной деятельности человека на биосферу. Охрана природы и перспективы рационального природопользования

Тематическое планирование

№	Тема	Количество часов по программе	Лабораторные работы
1	Социальная медицина	4	
2	Инфекционные заболевания	8	
3	Заболевания, связанные с вредными привычками	5	
4	Распространенные хронические заболевания	4	
5	Экстремальные ситуации: травматизм, отравления. Оказание первой помощи	7	
6	Гигиена питания	5	3
7	Гигиена быта	2	6
8	Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы	12	
9	Организация поведения и психики	3	
10	Деятельность мозга и психические процессы	9	
11	Личность и ее свойства	4	
12	Человек в обществе	2	
13	Человек и биосфера	5	

Календарно- тематическое планирование

№	Тема урока	Всего часов
	Социальная медицина (4 ч)	4
1	Введение. Общее знакомство с курсом «Валеология – наука о здоровье». Предмет и задачи курса. Роль физиологии в развитии науки. Связь физиологии с другими науками. Системный подход к здоровью человека.	1
2	Медицинская статистика. Демографическое состояние здоровья населения России.	1
3	Гигиена. Санитария. Факторы, определяющие здоровье человека.	1

4	Финансирование медицинских учреждений. Инвалидность, донорство, льготы.	1
	«Инфекционные заболевания» (8 ч)	8
5	История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями. Причины инфекционных заболеваний. Периоды инфекционного заболевания.	1
6	Иммунитет. История открытия иммунитета. Виды иммунитета.	1
7	Вирусы, пути их проникновения в организм, заболевания вызываемые вирусом (грипп, оспа, СПИД, корь, герпес, полиомиелит).	1
8	ВИЧ-инфекция: пути заражения, способы предупреждения, история открытия болезни. Строение и жизненный цикл вируса. Профилактика заболевания. Разработка вакцины	1
9	Инфекционные заболевания дыхательной системы: туберкулез, ОРВИ, грипп.	1
10	Бактериальные кишечные инфекции: дизентерия, сальмонеллез, ботулизм, холера.	1
11	Вирусные инфекции пищеварительной системы. Хронический стресс, пищевые токсические инфекции, глистные инвазии.	1
12	Заболевания кожи: чесотка, дерматит, грибковые заболевания. Симптомы, причина, лечение.	1
	«Заболевания, связанные с вредными привычками» (5ч)	
13	Основные группы вредных привычек. Курение, мифы и реальность. Влияние курение на организм человека. Женское курение.	1
14	Алкоголь, его влияние на физическое и психическое здоровье человека. Причины употребления алкоголя. Возможность лечения алкоголя. Алкоголь и материнство.	1
15	Наркотики. Классификация. Влияние наркотиков на организм человека. Зависимость. Последствия.	1
16	Токсикомания. Виды. Последствия. Подростковая токсикомания.	1
17	Здоровый образ жизни. Факторы, сохраняющие здоровье.	1
	Распространенные хронические заболевания (4ч)	4
18	Классификация хронических заболеваний по группам. Анемии, лейкозы.	1
19	Хронические заболевания пищеварительной системы. Гастрит, язва, дуоденит.	1
20	Инфекции мочевыделительной системы. Нефрит, цистит. Причины. Меры профилактики.	1
21	Аллергия, аллергены, бронхиальная астма.	1
	Экстремальные ситуации травматизм. Отравления. Оказания первой помощи (7ч)	7
22	Виды травм. Повреждение скелета: переломы, вывихи, растяжения.	1
23	Оказание первой доврачебной помощи при травмах скелета.	1
24	Повреждение кожи: ожоги, обморожения.	1
25	Кровотечения: виды, меры оказания первой доврачебной помощи.	1
26	Отравления. Причины. Оказание первой доврачебной помощи.	1
27	Ядохимикаты. Условия безопасного применения ядохимикатов. Меры первой помощи при отравлении.	1
28	Предупреждение травматизма. Охрана труда.	1
	Гигиена питания (4ч)	4
29	Значение питательных веществ, для организма. Особенности обмена	1

	веществ в разном возрасте. Рациональное питание. Режим питания.	
30	Состав пищи. Витамины, их многообразие. Гиповитаминозы	1
31	Культура питания. Энергетическая ценность пищи. Нормы потребления продуктов. Диеты.	1
32	Тяжелые металлы их влияние на здоровье человека. Вредные пищевые добавки. Трансгенные продукты.	1
	Гигиена быта (2 ч)	2
33	Гигиена света; зрения. Влияние света на организм человека.	1
34	Лекарственные растения, их влияние на организм.	1
	Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы (12ч)	12
35	Инфекции, передающиеся половым путем. Инкубационный период. Симптомы инфекций, передающиеся половым путем.	1
36	Методы контрацепции. Аборты. Опасность абортов для здоровья женщин.	1
37	Гигиена беременной женщины; ранняя беременность и ее последствия.	1
38	Планирование семьи, задачи, стоящие перед генетикой.	1
39	Практическая работа №1»Наследственные болезни»	1
40	Наследственные заболевания. Евгенетика. Виды евгенетики	1
41	Центры планирования семьи. Демографическая политика	1
42	Практическая работа №2 « Планирование семьи»	1
43	Гигиена мужчины и женщины.	1
44	Психосексуальное развитие подросткового и юношеского возраста. Функциональные признаки полового созревания.	1
45	Взаимоотношение полов.	1
	Организация поведения и психики (17ч)	17
46	Потребности и мотивы поведения. Виды потребностей.	1
47	Изменчивость поведения.	1
48	Функциональная организация мозга, функциональная асимметрия мозга.	1
49	Деятельность мозга, виды деятельности мозга, развитие деятельности мозга.	1
50	Ощущение как основа познания мира, порог ощущения. Сенсорная адаптация.	1
51	Восприятие. Характер восприятия.	1
52	Практическая работа №3 « Тип восприятия»	1
53	Воображение: виды воображения. Внимание; виды внимания.	1
54	Практическая работа №4 «Определение видов памяти»	1
55	Память, ее виды и значение для формирования мыслительной деятельности и поведения	1
56	Практическая работа №5 « Определение типов мышления»	1
57	Мышление. Речь. Эмоции. Типы эмоциональных состояний	1
58	Индивид, индивидуальность, личность, задатки личности, талант, гениальность, развитие способностей.	1
59	Темперамент и характер.	1
60	Волевые качества личности. Внутренний мир человека.	1
61	Этапы формирование личности. Самооценка. Влияние алкоголя и наркотиков на психику.	1
62	Общение и его функции. Средства общения.	1

	Человек в обществе (2ч)	2
63	Общение и его функции. Средства общения	1
64	Конфликты. Виды конфликтов. Стратегии поведения в конфликтах. Способы разрешения.	1
	Человек и биосфера (4ч)	4
65	Разносторонняя связь человека с природой Факторы среды. Современное состояние природных систем Земли.	1
66	Последствия хозяйственной деятельности человека на биосферу.	1
67	Природно-очаговые заболевания.	1
68	Охрана природы и перспективы рационального природопользования.	1
69	Защита проектов	2
70		

Пронумеровано, прошнуровано и скреплено
Печатью 16 листов
Директор муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Октябрьская средняя общеобразовательная школа»
Верхнеуслонского муниципального района
Республики Татарстан


А.С. Назаров

