

**Управление образования администрации Лукояновского
муниципального района Нижегородской области**
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Тольскомайданская основная школа

Рассмотрено на
Педагогическом совете
«26» _____ 2024 г

Утверждено
Директором школы
Е.А. Фомин
«» _____ 2024 г

Дополнительная общеобразовательная
Общеразвивающая программа
Творческого объединения
Естественной направленности
«ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ И
санитарии»

Срок реализации 1 год

Возраст детей 14 лет

Составитель: Майорова Елена Олеговна

Пояснительная записка:

Кружок предназначен для учащихся 8 классов средних школ. Данный курс позволяет не только расширить и систематизировать знания учащихся о человеческом организме как открытой биологической системе, но и реализовать комплексный подход при изучении человеческого организмов на разных уровнях их организации (клеточном, тканевом, системно-органным)

Преподавание кружка предполагает использование различных современных педагогических методов и приемов: лекционно-семинарской системы занятий, дискуссий, диспутов и т.д. Применение разнообразных форм учебно-познавательной деятельности позволяет реализовывать индивидуальный и дифференцированный подход к обучению.

Разнообразие лабораторных и практических работ предполагает вариативность выбора конкретных тем работ и форм их проведения с учетом материального обеспечения кабинета и резерва времени.

Кружок рассчитан на 34час.

Цель курса: Создать условия для осмысления и применения знаний о строении и функциях систем органов , а также сохранении здоровья каждым учеником.

Задачи курса:

- 1) Углубить и расширить знания учащихся по наиболее важным и значимым проблемам физиологии человека.
- 2) Расширить знания учащихся о собственном организме, о мерах сохранения здоровья.
- 3) Развивать умения анализировать, сравнивать, обобщать, делать логические выводы, устанавливать причинно-следственные связи на основе изучения строения и жизнедеятельности организмов.
- 4) совершенствовать умение работы с лабораторным оборудованием, с дополнительной литературой.
- 5) воспитывать гигиенические навыки школьников, правильное отношение к своему здоровью.

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	тема	Электронно - образовательный ресурс	Дата по плану	Дата по факту
1	Сходство человека и млекопитающих животных	Презентация		
2	Место человека в системе органического мира. Роль в биосфере.	Мультимедийное приложение. Человек		
3	Достижения современной физиологии	http://www.ecolife.ru/zhurnal/articles/38/2806/		
4	Специализация органов и тканей	Презентация		
5	Значение периферической нервной системы и гуморальных факторов в целостности организма	Уроки биологии Кирилла и Мефодия «Человек и его здоровье»		
6	Нервная регуляция. Самонаблюдения.	Презентация		
7	Железы внутренней секреции, их роль в гуморальной регуляции.	Мультимедийное приложение. Человек		
8	Правила гигиены зрения и слуха, их обоснование	https://ru.wikipedia.org/wiki		
9	Особенности физического воспитания человека на разных этапах его развития.	http://bibliofond.ru/view.aspx?id=42315		
10	Гигиенический режим двигательной активности. Самонаблюдения.	Презентация		
11	Иммунитет.	Мультимедийное приложение. Человек		
12	СПИД и его профилактика.			
13	Аллергия, как нарушение функций иммунной системы.	http://www.ayzdorov.ru/Chto_takoe_allergiya.php		
14	О чем говорит анализ крови? (заболевания и анализ крови)	Презентация		
15	Сердечно – сосудистая система – показатель уровня физиологического состояния человека.	Мультимедийное приложение. Человек		09.01
16	Практические работы по теме «Кровеносная система»	Презентация		
17	Предупреждение заболеваний сердечно – сосудистой системы.	Уроки биологии Кирилла и Мефодия «Человек и его здоровье»		
18	Укрепление органов дыхания и профилактика их заболеваний	Презентация		
19	Гигиена голосового аппарата			
20	Практические работы по оценке состояния воздуха в классе.	Презентация		
21	Энергетическая ценность пищи. Практическая работа «Оценка энергетической ценности школьного обеда»	Презентация		
22	Работы И.П.Павлова по изучению процессов пищеварения.	Уроки биологии Кирилла и Мефодия «Человек и его здоровье»		
23	Диеты, посты и здоровье.	Презентация		

24	Пищевые отравления. Меры профилактики и первой помощи при пищевых отравлениях.	Уроки биологии Кирилла и Мефодия «Человек и его здоровье»		
25	Режим питья. Гигиеническая оценка питьевой воды.	Презентация		
26	Витамины и пища.	Уроки биологии Кирилла и Мефодия «Человек и его здоровье»		
27	Уход за кожей, волосами и ногтями. Практическая работа «Определение типа кожи»	Презентация		
28	Защита кожных покровов в быту и на производстве	Презентация		
29	Ожоги и обморожения. ПМП при них.	http://www.f-mx.ru/bezopasnost_zhiznedejatelnosti/ozhogi_obmorozeniya_per_vaya.html		
30	Профилактика урологических, гинекологических и венерических болезней. (встреча с врачом гинекологом)	Презентация		
31	Навыки, привычки, стресс, как факторы, влияющие на здоровье.	Презентация		
32	Память, её виды и свойства. Самодиагностика памяти.	Уроки биологии Кирилла и Мефодия «Человек и его здоровье»		
33	Гипноз и внушение.			
34	Предупреждение алкоголизма, токсикомании и наркомании.	Презентация		

В результате посещения кружка «Основы гигиены и санитарии» ученик должен

знать/понимать:

- 1) *Особенности организма человека*, его строения, жизнедеятельности, высшей нервной деятельности и поведения;
- 2) *Сущность биологических процессов*, происходящих в человеческом организме: питание, дыхание, выделение, обмен веществ и превращение энергии, транспорт веществ, рост, развитие, размножение, регуляция процессов жизнедеятельности.

Уметь:

- 1) Определять принадлежность человека к определенной систематической группе (классификация);
- 2) Проводить самонаблюдение за состоянием собственного организма;
- 3) Находить взаимосвязь строения органа с его функциями;
- 4) Проводить самостоятельный поиск биологической информации по профилактике различных заболеваний;
- 5) Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: соблюдения мер профилактики заболеваний; травматизма, стрессов, ВИЧ-инфекции, вредных привычек (курение, алкоголизм, наркотики); нарушения осанки, зрения, слуха, инфекционных и простудных заболеваний.

Планируемые результаты:

1. Применение знаний в жизни каждого школьника
2. Оценка своего здоровья и принятие мер по его улучшению и сохранению.
3. Умение оказывать ПМП пострадавшему
4. Профориентация на медицинские профессии врача, медсестры, лаборанта.
5. Формирование коммуникативных умений, общение в группах сменного состава.
6. Формирование информационной компетентности.

Литература

- 1) Воронин Л.Г., Маш Р. Д. Методика проведения опытов и наблюдений по анатомии, физиологии и гигиене человека: Кн. для учителя. М.: Просвещение, 1983.
- 2) Зверев И.Д. Книга для чтения по анатомии и гигиене человека. Пособие для учащихся: М.: Просвещение, 1971
- 3) Колесов Д.В. Основы гигиены и санитарии: учебное пособие для 9-10 класса средней школы, факультативный курс, М.: Просвещение, 1989г.
- 4) Колесов Д.В. Маш Р.Д. Биология 8 класс, учебник, М :Дрофа 2002 год
- 5) Рохлов В. С. Дидактический материал по биологии. Человек: Кн. для учителя. - М.: Просвещение, 1997.
- 6) Фросин В. Н., Сивоглазов В. И. Готовимся к единому государственному экзамену: Биология. Человек. - М.: Дрофа, 2004.
Занимательные материалы и факты по анатомии и физиологии человека в вопросах и ответах 8 – 11 классы /авт – сост. М.М.Бондарук, Н.В. Ковылина: Волгоград: Учитель 2007 год