

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
средняя общеобразовательная школа имени генерал-майора Владимира Вениаминовича  
Еремеева с.Нижнеаверкино муниципального района Похвистневский Самарской области

Проверено  
Ответственный за ведение и  
контроль ВР  
\_\_\_\_\_ Е.А.Арланова  
«18» августа 2022 г.

Утверждено  
приказом № 92/1 - од  
от «22» августа 2022 г.  
Директор \_\_\_\_\_ Л.Ю.Арланова

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА внеурочного курса «Школа здоровья» для 9 класса**

Программу реализует Кондратьева Татьяна  
Евгеньевна, учитель биологии и химии

Срок реализации программы: 1 год

Рассмотрена на заседании МО \_\_\_\_\_ учителей основной школы \_\_\_\_\_  
(название методического объединения)

Протокол № 1 от « 16 » августа 2022 г.

Руководитель МО \_\_\_\_\_ Н.В.Малышева \_\_\_\_\_

## **I. Пояснительная записка**

Программа курса внеурочной деятельности «Школа здоровья» составлена в соответствии с нормативно-правовыми документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

3. Основной образовательной программой основного общего образования ГБОУ СОШ им. В.В. Еремеева с. Нижнеаверкино;

4. Положением о рабочей программе внеурочной деятельности ГБОУ СОШ им. В.В. Еремеева с. Нижнеаверкино;

**Цель курса:** формирование у обучающихся сознательного отношения к собственному здоровью, мотивированного поведенческого стимула для поддержания правильного, здорового образа жизни.

### **Задачи курса:**

1. Повышение у школьников самооценки, самоуважения и уверенности в «управлении» своей жизнью;

2. Коррекция здоровья учащихся;

3. Своевременная диагностика заболеваний

4. Развить коммуникативные способности учащихся.

5. Формирование «здоровьесберегающих» знаний у учащихся;

6. Формирование установки на здоровый, культурный образ жизни в ученической среде, привлечение школьников к активной общественной жизни.

### **Описание места курса в плане внеурочной деятельности.**

В соответствии с планом внеурочной деятельности ГБОУ СОШ им. В.В. Еремеева с. Нижнеаверкино курс «Школа здоровья» реализуется в 9 классе в объеме 17 часов из расчета 1 час во II полугодии.

### **Формы текущего контроля и промежуточной аттестации**

Для оценки планируемых результатов освоения программы используются следующие **формы текущего контроля:** продвинутая лекция; практическая работа; практическая исследовательская работа, проект, беседа, экскурсия.

**Форма годовой промежуточной аттестации:** творческая работа в форме доклада.

## **II. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий:

### **Регулятивные УУД:**

- определять цель деятельности;
- учиться обнаруживать и формулировать проблемы;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- вырабатывать навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;

### **Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной деятельности;

### **Коммуникативные УУД:**

- оформлять свои мысли в устной и письменной форме с учётом речевой ситуации;

- высказывать и обосновывать свою точку зрения;
- слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- задавать вопросы

**Личностные УУД:**

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление у детей позитивных качеств личности и умения управлять своими эмоциями и в различных ситуациях риска нарушения здоровья;
- дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
- оказание школьниками бескорыстной помощи своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и укреплении здоровья.

### III. Содержание курса с указанием форм организации занятий и видов деятельности

№ п/п	Тема	Основное содержание темы	Формы организации занятий	Характеристика основных видов деятельности
1.	Биосоциальная природа человека. Виды здоровья	Биосоциальная природа человека. Виды здоровья. Физическое, психическое и репродуктивное здоровье.	Вводное занятие - постановка учебной задачи. Практическая работа	Знают основные типы здоровья человека, описывают принципы поведения, направленные на сохранение и поддержание здоровья человека.
2.	Красота и здоровье. Строение организма и регуляция его работы	Роль гигиены и санитарии в поддержании экологически чистой природной среды. Культура здоровья	Решение учебной задачи – поиск и открытие нового способа действия. Практическая работа	Описывают эталон красоты у разных народов пользуясь дополнительной литературой и ресурсами Интернета
3.	Опорно-двигательная система. Изучение влияния высоты каблука у учениц 5-9 классов школы на состояние опорно-двигательной системы	Опорно-двигательная система. Определение параметров антропометрического и функционального развития. Скелет, его части кости. Ортопедия, плоскостопие	Практическая работа	Проводят оценку своего антропометрического и функционального развития. На основе изучения строения и функций ОДС проводят оценку рисков использования высоких каблуков у девочек подросткового возраста. Проводят исследование в школе
4.	Строение и гигиена ротовой полости	Стоматология, зубы, зубочелюстные аномалии	Экскурсия в стоматологию. Исследовательская работа	Разрабатывают и описывают принципы гигиены ротовой полости, проводят исследование
5.	Системы кровообращения и дыхания. Оценка состояния здоровья по функциональным пробам	Кровеносная и дыхательная системы, АД, ЧСС, ЧД, ЖЕЛ. Оценка состояния здоровья по функциональным пробам	Практическая работа	Проводят оценку состояния здоровья на основе функциональных проб
6.	Кожа. Гигиена кожи	Эпидермис, дерма, гиподерма, косметология.	Экскурсия в косметологический кабинет, исследование	Определяют тип своей кожи, формулируют основные правила гигиены кожи, проектируют исследование
7.	Звуковое восприятие.	Наружное, среднее и внутреннее ухо,	Практическая работа.	Определяют факторы, снижающие

	Гигиена слуха	шумовая болезнь	Исследовательский проект	слух, формулируют правила, способствующие сохранению и укреплению слухового анализатора. Проектируют исследование
8.	Иллюзии	Виды иллюзий.	Практическая работа. Исследовательский проект	Оценивают свои ощущения во время изучения иллюзий. Проводят исследование предпочтения в выборе одежды для своей фигуры
9.	Образ жизни и здоровье. Разработка паспорта здоровья	Образ жизни и здоровье. Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Вредные и полезные привычки, их влияние на состояние здоровья. Паспорт здоровья	Контроль и коррекция - работа над причинами ошибок и поиск путей их устранения. Практическая работа.	Объясняют взаимосвязь состояния здоровья человека и состояния природной среды; называют основные условия, влияющие на здоровье человека, объясняют необходимость ведения ЗОЖ. Разрабатывают и заполняют паспорт здоровья школьника, на основании работ.
10.	Тату и пирсинг: за и против	Пирсинг, история тату	Практическая исследовательская работа	Проводят оценку рисков для здоровья при использовании тату и пирсинга, оформляют исследовательскую работу
11.	Быстрое питание, или фастфуд. Модные напитки	Консерванты, фастфуд, «быстрая еда». Кислотность среды	Проектная и исследовательская деятельность	Провести оценку влияния быстрого питания на здоровье человека, используя ресурсы Интернета создают антирекламу чипсам, гамбургерам, газировки. Определяют pH самых популярных напитков, проводят оценку питательной ценности некоторых напитков и их влияние на здоровье человека
12.	О вреде курения. Алкоголизм, наркомания, токсикомания.	Никотин, болезни курильщиков. Отрицательное влияние на организм человека ядовитых веществ. Алкоголизм, наркомания, токсикомания	Практическая работа	Изучают влияние курения на здоровье человека, разрабатывают меры профилактики табакокурения, используя ресурсы Интернета создают антирекламу курения, алкоголизма, наркомании,

				токсикомании
13.	Репродуктивное здоровье человека. Планирование семьи	Репродуктивное здоровье, планирование семьи	Практическая работа	С помощью справочного материала обосновывают значение репродуктивного здоровья в демографической политике страны
14.	Инфекции, передающиеся половым путем	Венерические заболевания, ВИЧ, СПИД	Практическая работа	На основе справочного материала и дополнительной литературы обосновывают значение профилактических по предотвращению распространения ИППП
15.	Биологическая и социальная роль мужчины и женщины	Мужественность, Мужество, женственность, гендер, равноправие, право, обязанность, этикет	Практическая работа	Проводят оценку качеств, свойственных женщинам и мужчинам, проектируют поведение между полами на основе правил этикета
16.	Семья, семейно-брачные отношения. Гражданский брак.	Семья и культура мира: традиции, обычаи, праздники, стереотипы	Практическая работа	Проводят оценку семейных традиций разных народов, формулируют ценности своей семьи
17.	Итоговая аттестация по курсу		Самостоятельная работа	Производят оценку знаний и своей деятельности в рамках изучения всего курса. Выступают с докладами.

## VI. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения
1.	Биосоциальная природа человека. Виды здоровья	1	2 неделя января
2.	Красота и здоровье. Строение организма и регуляция его работы		3 неделя января
3.	Опорно-двигательная система. Изучение влияние высоты каблука у учениц 5-11 классов школы на состояние опорно-двигательной системы	1	1 неделя февраля
4.	Строение и гигиена ротовой полости	1	2 неделя февраля
5.	Системы кровообращения и дыхания. Оценка состояния здоровья по функциональным пробам	1	3 неделя февраля
6.	Кожа. Гигиена кожи	1	4 неделя февраля
7.	Звуковое восприятие. Гигиена слуха.	1	1 неделя марта
8.	Иллюзии.	1	2 неделя марта
9.	Образ жизни и здоровье Разработка паспорта здоровья	1	3 неделя марта
10.	Тату и пирсинг: за и против	1	1 неделя апреля
11.	Быстрое питание и фастфуд. Модные напитки	1	2 неделя апреля
12.	О вреде курения. Алкоголизм, наркомания, токсикомания.	1	3 неделя апреля
13.	Репродуктивное здоровье человека. Планирование семьи.	1	4 неделя апреля
14.	Инфекции, передающиеся половым путем	1	1 неделя мая
15.	Биологическая и социальная роль мужчины и женщины	1	2 неделя мая
16.	Семья, семейно-брачные отношения. Гражданский брак.	1	3 неделя мая
17.	Итоговая аттестация по курсу	1	4 неделя мая