

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа
при Федеральном казенном учреждении «Исправительная колония №5
Управления Федеральной службы исполнения наказаний по Московской области»

«Утверждаю»

Директор школы



Беринова Ю.Б.

«02» сентября 2019г.

Программа
кружковой работы в 11 «А», 11 «Б» классах
«Фабрика здоровья»
учителя Жучковой Светланы Петровны
на 2019-2020 учебный год

Дата регистрации «02» сентября 2019г.

Согласовано на заседании
Педагогического совета протокол № 1 от «30» августа 2019г.

Программа кружка по биологии «Фабрика здоровья».

Пояснительная записка.

Хорошее здоровье – это образ жизни. Это стиль жизни, который человек выбирает для себя, если хочет достичь наивысшего благополучия. Считается, что все, что ни делает человек, так или иначе, отражается на состоянии его здоровья. Хорошее здоровье – это не фиксированное состояние, а непрерывно протекающий процесс. Причем, оно на 50% зависит от социальных условий и образа жизни человека. Следовательно, каждый из нас сам ответственен за свое здоровье.

Поэтому программа «Фабрика здоровья» позволяет углубить и расширить знания учащихся о здоровье человека как важнейшей жизненной ценности, привить интерес и желание больше узнать самого себя и живую природу, глубже познакомиться с причинами, нарушающими здоровье и факторами сохраняющими его.

Программа способствует формированию здорового образа жизни в целях сохранения психического, физического и нравственного здоровья человека. Способствует профессиональной ориентации обучающихся, осуществляет тесную связь теории с практикой, вооружает учащихся практическими умениями и навыками.

Данная программа составлена на основе программы кружка «Как важно быть здоровым», автором которой является учитель биологии высшей квалификационной категории МОУ Дергаевская СОШ №23 г. Раменское Эйтингтон И.В.

Программа кружка «Фабрика здоровья» рассчитана на 17 учебных занятий (0,5 часа в неделю).

Цель курса:

Формирование у обучающихся правильного отношения к здоровому образу жизни и своему здоровью.

Задачи курса:

- Углубить и расширить знания обучающихся о причинах нарушения здоровья.
- Ознакомить обучающихся с факторами, сохраняющими здоровье.
- Развивать умения сравнивать, анализировать, обобщать и делать выводы.

Требования к уровню подготовки обучающихся.

Обучающиеся должны знать:

- Причины, нарушающие здоровье.
- Факторы, способствующие сохранению здоровья.
- Биологические ритмы и их влияние на здоровье.

Обучающиеся должны уметь:

- Сравнить, анализировать и делать выводы.
- Участвовать в дискуссиях, работать в группах, развивать творческие умения.
- Выполнять исследовательскую работу.

Формы отчётности:

Тестовый контроль.

Исследовательская работа «Определение витамина «С» в некоторых продуктах».

Рефераты по здоровому образу жизни.

Содержание курса.
Общее количество часов – 17.

Тема 1. Введение (2ч)

Здоровый образ жизни – образ жизни человека, его поведения, мышления, привычек, которые обеспечивают определённый уровень здоровья. Основные составляющие ЗОЖ. Право человека на здоровье.

Тема 2. Причины нарушения здоровья (15ч)

Окружающая среда и здоровье человека. Причины, нарушающие здоровье. Курение, его влияние на организм человека. Мифы об алкоголе, его воздействие на организм. Наркотики их свойства, классификация и влияние на человека. Неправильное питание и заболевания, являющиеся следствием неправильного питания. Вирусы, пути их проникновения в организм и заболевания, вызываемые вирусами (грипп, оспа, корь, полиомиелит, герпес). Компьютер, его влияние на здоровье человека. П/Р «Создание презентаций по причинам нарушающим здоровье». Защита презентаций.

Календарно-тематическое планирование

17 занятий (1 занятие в 2 недели)

№ зан.	Тема занятия	№ зан. в теме	Дата по плану	
			11 а	11 б
Тема 1. Введение (2ч)				
1	ЗОЖ, его составляющие.	1		
2	Значение здорового образа жизни	2		
Тема 2. Причины нарушения здоровья (15 ч)				
3	Окружающая среда и здоровье человека.	1		
4	Радиация и здоровье.	2		
5	История табакокурения.	3		
6	Действие табачного дыма на организм.	4		
7	Курение: мы и наше потомство.	5		
8	История употребления алкоголя.	6		
9	Влияние алкоголя на организм.	7		
10	Наркотики, зависимость и последствия.	8		
11	История открытия вируса.	9		
12	Вирусные заболевания человека.	10		
13	Вирусы - внутриклеточные паразиты.	11		
14	Компьютер и здоровье человека.	12		
15	Рекомендации, составленные для компьютерщика	13		
16	Составление презентаций по причинам, нарушающим здоровье	14		
17	Защита презентаций.	15		

Рекомендуемая литература (для учителя)

1. Бунин К. В. «Инфекционные болезни». Москва «Медицина», 2010 г.
2. Гурский С.А. «Внимание наркомания». Москва «Медицина», 2009 г.
3. Донецкая Э. Г, Лунёв И. О., Панфилова Л. А «Актуальные проблемы биологии». Саратов «Лицей», 2009 г.
4. Запороженко В. Г. «Образ жизни и вредные привычки». Москва «Медицина», 2008 г.
5. Казьмин В.Д «Курение, мы и наше потомство». Москва «Советская Россия» 2008г.
6. Копыт Н. Я., Скворцова Е.С. «Алкоголь и подросток. Москва «Медицина». 2009г.
7. Маюров А.Н. «Табачный туман обмана». Москва. Педагогическое общество России, 2008 г.
8. Маюров А.Н. «Алкоголь – шаг в пропасть». Москва. Педагогическое общество России, 2008
9. Новиков «Природа и человек». Москва «Просвещение», 2010г.
10. Чумаков Б. Н. «Основы здорового образа жизни». Москва «Педагогическое общество России», 2009 г.
11. Ресурсы Интернет.

Рекомендуемая литература (для учащихся)

1. Артюхова Ю. А. «Как закалять свой организм». Минск «Харвест» 2009 г.
2. Гиляров М. С. Биологический энциклопедический словарь. Москва «Советская энциклопедия», 2009 г.
3. Маюров А.Н. «Табачный туман обмана». Москва. Педагогическое общество России, 2009 г.
4. Маюров А.Н. «Алкоголь – шаг в пропасть». Москва
5. Петров Н. Н. «Человек в чрезвычайных ситуациях». Челябинск «Урал книга», 2008 г.