

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Клюквенская основная общеобразовательная школа».**

Рассмотрено на
заседании МО
Рук-ль МО _____
Протокол № _____
«__» _____ 2017 г.

«Согласовано»
Зам. директора по УВР
Симонова О.А. _____
Протокол № _____
«__» _____ 2017 г

«Утверждаю»
Директор школы
И.Л. Калашникова _____
Приказ № _____
«__» _____ 2017 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**факультативного курса
«Экология: человек и современные
пробелы здоровья».
8 класс.**

Составитель: Мединец Л.В.

2017 г.

Пояснительная записка.

Программа факультативного курса «**Экология: человек и современные пробелы здоровья**» составлена для обучающихся 8 классов общеобразовательной школы и рассчитана на 34 часа.

Актуальность:

1. Возникла острая необходимость в формировании у детей мотивации к здоровому образу жизни, знакомства с основными медико-биологическими аспектами проблемы.

2. Резкое ухудшение здоровья у подрастающего поколения.

Программа способствует: расширению и углублению знаний учащихся о своем здоровье на основе генетических занятий; формированию мотивации к здоровому образу жизни учащихся; самостоятельно организовывать свою ежедневную жизнедеятельность, свой оптимальный, здоровый стиль жизни; добиваться физического, душевного, социального и духовно благополучия к жизни в юношеский и взрослый период развития, подготавливает будущих подростков к учебе в средней школе.

Позволит учащимся понять:

При изучении курса используются методы обучения: лекция, поисковая беседа, лабораторные работы, моделирование.

Цель: Знакомство с аргументировано - значимыми для подростков последствий для их здоровья, поведенческих стереотипов, вредных привычек.

Задачи:

1. Формирование умений самостоятельно организовывать свою ежедневную жизнедеятельность.
2. Помочь выработать собственный оптимальный здоровый стиль жизни.
3. Получить полезные сведения о жизни и культуре человека.
4. Развить общегигиенические навыки и знания.
5. Воспитать у учащихся интерес к здоровью, сохраняющему стиль жизни.
6. Прививать навыки коммуникативного общения.

Требования к знаниям и умениям учащихся.

Учащиеся должны ЗНАТЬ:

1. Факторы, формирующие здоровье.
2. Факторы, разрушающие здоровье.
3. Влияние биохимической и социальной сред обитания человека на его здоровье.

Учащиеся должны УМЕТЬ:

1. Оценивать факторы своего здоровья.
2. Поводить приемы аутотренингов .
3. Пропагандировать формирование ЗОЖ .

Программа факультатива считается освоенной, если посещено 75% занятий и по итогам похождения курса подготовлено сообщение (реферат). В ходе текущего контроля отметки не ставятся. По итогам прохождения курса (по итогам года) ставится отметка: зачтено/незачтено.

Содержание

№	Тема	Занятие	Кол-во часов
1	Введение.	Биосоциальная природа человека; Биологические и социальные основы толерантности человека.	1 04.09.
2	Общий обзор организма человека	Понятие "здоровье", самооценка здоровья.	1 11.09.
3		Выявление нарушений осанки. "Выявление плоскостопия". Значение двигательной активности для сохранения здоровья. Упражнения для позвоночника и суставов по М. Нобрекову; Здоровый образ жизни. Трудности подросткового периода. Генетические возможности человеческого организма. "Анализ схем условных рефлексов". "Исследование рефлекторных реакций человека";	5 18.09. 25.09. 02.10. 09.10. 16.10.
4		Факторы здоровья. Факторы риска в развитии заболеваний. Здоровье и красота - нераздельные понятия.	1 23.10. 1 30.10.
5	Факторы, формирующие здоровье.	Режим дня, его значение для поддержания работоспособности и сохранения здоровья. Кожа и ее производные. Исследования ногтей.	1 13.11. 1 20.11.
6		Лучшее лекарство - правильное питание. Сон - главное условие для восстановления сил и отдыха тела.	1 27.11. 1 04.12.
7		Здоровый и полноценный сон. Инфекционные заболевания репродуктивной системы человека. (Трихомоноз, гонорея, сифилис, СПИД).	2 11.12. 18.12.
8	Факторы ухудшающие здоровье.	Возможные последствия вредных привычек для здоровья человека (алкоголизм, курение, токсикомания, наркомания.)	1 25.12.
9		Вредные привычки.	1 15.01.
10		Влияние никотина на ферменты слюны. Влияние этилового спирта на мозг человека.	1 22.01. 1 29.01.
11	Психическая жизнь человека.	Психическая жизнь человека. Мозг - орган сбора, переработки и	1 05.02. 1 12.02.

		использования полученной информации. "Строение головного мозга".		
12	Психическая деятельность.	Врожденные и приобретенные программы поведения. " Роль речи в развитии высших физиологических функций. "Выработка условного рефлекса у человека на базе речевого подкр.	3	19.02. 26.02. 05.03.
13		Связь человека, организма с внешней средой. Защита проекта «Здоровье человека». Зависимость роста эмоций, развития организма от Ж.В.С.	3	12.03. 19.03. 02.04.
14		Анализаторы - материальные носители информации. Физиологические и поведенческие особенности периодов развития человека.	2	09.04. 16.04.
15		Душевное равновесие, хорошая память - результат овладения правильным дыханием; Проблема генетической безопасности.	2	23.04. 30.04.
16	Итоговое занятие.	Сообщения обучающихся. Подготовка к выступлению.	2	07.05. 14.05.
17	Итоговое занятие.	Выступление –конференция.	1	21.05.
		ИТОГО:	34 часа.	

Литература:

1. Анастасова А.Н. и др. Формирование здорового образа жизни подростков.
2. Воронин Л.Г., Маш Р.Д. Методика поведения факультативных занятий по физиологии ВНД и психологии. – М. Просвещение. 1979 г.
3. Журналы «Биология в школе» №6 – 19087 г. С.; №4 -1988г. С.; №6 – 1989г.с.; №3 – 1900 .с.
4. Колесов В. Д. Маш Р.Д. и др. «Биология Человек.» 8 класс М. «Дрофа». 1999г.
5. Карнеги Д. «Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей» Свердловск, Средне – Уральское книжное издательство, 1990 г.
6. Рохлов В.С. «Биология. Человек» школьный практикум. «Дрофа». 2000г.
7. Суботина Т.З. «Все хотят быть счастливыми» С. «Уральский рабочий» 1991 г