

Согласовано  
методист  
по УВР  
Шацкова Г.Г.



Утверждено  
Директор школы  
С.В.Кладченко

## «ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ БИОЛОГИЯ»

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
(для обучающихся 8 класса)

Учитель биологии  
Макарова Валентина Александровна

2021-2022 г.

---

### **Пояснительная записка.**

Содействие **здоровому образу жизни**, создание условий для активизации субъективной позиции ребенка, формирование культуры питания, готовность поддерживать свое здоровье в оптимальном состоянии – одна из первоочередных задач процесса воспитания. Актуальность программы в том, что в настоящее время в России в связи с глубоким общественно-экономическим кризисом произошло резкое снижение показателей здоровья и социальной защищенности детей. Это привело, в частности, к тому, что на этапе поступления в школу, как показывают обобщенные данные последних лет, в среднем 28% детей имеют хронические заболевания.

Данные научных исследований показывают, что здоровье зависит от следующих факторов: медицинского обслуживания, наследственности, экологии и образа жизни.

Следовательно, одна из основных задач учебного процесса – это сохранение **здоровья** детей, формирование у школьников потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение мотивации к этому.

Воспитание здорового школьника – проблема общегосударственная, комплексная и её первоочередной задачей является выделение конкретных аспектов, решение которых возложено на учителя. Педагог должен квалифицированно проводить профилактическую работу по предупреждению различных заболеваний, связанных с неправильным питанием.

**Направленность программы** – биологическая.

**Новизна программы** заключается в сочетании различных форм работы, направленных на дополнение и углубление биологических знаний с учетом региональных особенностей. Программа предусматривает решение проблем популяризации биологических знаний, углубление знаний по отдельным разделам в биологии, повышение интереса к биологии как науки, формирование творческой активности учащихся.

**Актуальность и педагогическая целесообразность программы.** Под руководством педагога ребенок может в системе рассмотреть объекты живой природы, учиться вести наблюдения, работать с художественной и научной литературой. Во время проведения интеллектуальных игр развивается коллективизм, уважение друг к другу. Педагогическая целесообразность программы состоит в том, что в процессе ее реализации повысится мотивация к углубленному изучению биологии и экологии, сформируются биолого-экологические знания, умения и навыки пользования источниками информации и работы с научной и учебной литературой.

#### **Цель программы:**

воспитание у детей культуры питания, осознания ими **здоровья** как главной человеческой ценности.

Реализации программы предполагает решение следующих образовательных и воспитательных **задач**:

1. формирование и развитие представления школьников о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;
2. формирование у школьников знаний о правилах рационального питания, их роли в сохранении и укреплении здоровья, а также готовности соблюдать эти правила;
3. освоение детьми практических навыков рационального питания;
4. формирование представления о социокультурных аспектах питания как составляющей общей культуры человека;

5. информирование школьников о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа, формирование чувства уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;
6. развитие творческих способностей и кругозора детей, их интересов и познавательной деятельности;
7. развитие коммуникативных навыков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты  
освоения программы «Занимательная биология»**

**Универсальными компетенциями** учащихся на этапе начального общего образования по формированию здорового и безопасного образа жизни являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия; — оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения: — характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- использовать различные способы поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по формированию здорового и безопасного образа жизни являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- ориентироваться в ассортименте наиболее типичных продуктов питания, сознательно выбирая наиболее полезные;
- оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личностной активности корректировать несоответствия;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; — применять знания и навыки, связанные с этикетом в области питания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований;

— применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

**Для достижения цели предусматривается решение таких задач:**

1. Образовательная:

формирование системы специальных знаний, умений, навыков; расширение кругозора, повышение интереса к биологии.

2. Развивающая:

развитие логического мышления, развитию интереса к биологии, умения устанавливать причинно-следственные связи, умения рассуждать и делать выводы; развитие навыков коллективной работы; обеспечение свободного творческого интеллектуального развития детей.

3. Воспитательная: воспитание коллективизма, ответственности за порученное дело, понимания важности и эстетической ценности природы.

Организация занятий позволяет учитывать интересы и индивидуальные особенности каждого обучающегося. Именно здесь обучающиеся в полной мере раскрываются, общаются в непринуждённой обстановке. Работа в кружке способствует проявлению инициативности. В кружке есть возможность объединять индивидуальную творческую работу каждого учащегося с коллективной.

Работа с детьми в кружке является одной из форм биологического, эстетического, экологического воспитания и приобщения их к народным истокам. В основу кружка положены практические занятия, наблюдения.

**Программа реализует принципы биологического воспитания:**

- системность;
- непрерывность;
- межпредметность связей;
- доступность;
- наглядность.

**Основной дидактический принцип** – обучение в предметно-практической деятельности.

В процессе реализации программы применяются различные методы и приёмы обучения: пояснительно-иллюстративный, рассказ, беседа, работа с книгой, демонстрация, упражнения, практическая работа творческого характера, методы мотивации и стимулирования, учебного контроля, взаимоконтроля и самоконтроля, познавательная игра, проблемно-поисковый и ситуативный методы, экскурсии.

**Отличительные особенности:**

- Познавательный материал, в основном дается через игры, экскурсии, наблюдения;
- при проведении занятий по данной Программе происходит установление доверительных партнерских отношений;
- дети оказываются активными участниками занятий.

**Возраст воспитанников:** учащиеся 8 классов.

**Формы и режим занятий:** нетрадиционные формы проведения занятий, создание проблемных ситуаций; поощряется проявление инициативы и самостоятельности со стороны воспитанников. Занятия проводятся после уроков, 1 час в неделю.

**2. Ожидаемые результаты**

**Учащиеся должны знать:**

- о разнообразии растительного и животного мира;

- об условиях обитания растительного и животного мира;
- основные понятия по биологии, изучаемые на протяжении данного курса;
- о необходимости бережно относиться к природе.

**Учащиеся должны уметь:**

- пользоваться дополнительной литературой и другими источниками информации;
- культурно общаться, правильно вести себя со сверстниками, выполнять коллективную работу;
- продуктивно использовать своё свободное время для самообразования;
- писать рефераты, участвовать в проектной деятельности;
- бережно относиться к природе.

**Формы подведения итогов:**

- участие учащихся в мероприятиях конкретной биологической направленности;
- оформление рефератов, выпуск газет;
- проектная деятельность;
- обобщающие занятия.

**Описание материально-технического обеспечения программы**

| № п/п                                    | Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения   | Количество |
|--|--|------------|
| <i>1. Библиотечный фонд</i>              |  |            |
|  | 1. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. Разговор о правильном питании. Методическое пособие для учителя - М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2006 г.<br><br>2. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. Две недели в лагере здоровья. Методическое пособие для учителя - М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2006 г.<br><br>3. М.М. Безруких, Т.А. Филиппова, А.Г. Макеева. Формула правильного питания. Методическое пособие для учителя - М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2006 г. |            |
| <i>2.. Технические средства обучения</i> |  |            |
|  | Слайд-проектор, оверхед-проектор.  |            |
| <i>3. Экранно-звуковые пособия</i>       |  |            |
|  | Компьютер ,медиапроектор, DVD-проектор,  |            |
| <i>4. Оборудование кабинета</i>          |  |            |
|  | Гербарий ,муляжи овощей ,фруктов, микропрепараты, таблицы о правильном питании и режиме дня.   |            |

**Календарно тематическое планирование**

8 классы (1 часа в неделю)

| № | Тема   | Цели  | Дата<br>1 группа | Дата<br>2 группа |
|---|--|---|------------------|------------------|
| 1 | Вводное занятие  | формирование и развитие   |                  |                  |
| 2 | Здоровье – это здорово!<br>Основные понятия о здоровье<br>Цветик - | представления детей о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;<br>формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье; |                  |                  |

|   |   |  |  |  |
|---|---|--|--|--|
|   | семицветик  | просвещение родителей в вопросах организации рационального питания детей<br>развитие коммуникативных навыков у подростков умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы  |  |  |
| 3 | От каких факторов зависит наше здоровье?                      | Понятие ЗОЖ, формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье<br>Правильное питание.развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы |  |  |
| 4 | Черты характера и здоровье                                    | Сформировать у детей представление о зависимости рациона питания от поведенческих навыков; научить оценивать свой рацион питания с учётом собственных поведенческих навыков; расширить представления детей о роли и регулярности питания для здоровья человека;  |  |  |
| 5 | Привычки и здоровье   |  |  |  |
| 6 | Мой ЗОЖ   | Сформировать у детей представление о зависимости рациона питания от физической активности; научить оценивать свой рацион питания с учётом собственной физической активности; расширить представления детей о роли питания и физической активности для здоровья человека;   |  |  |
| 7 | Продукты разные нужны, блюда разные важны. «Пирамида питания» | Рацион питания, калорийность пищи.дать детям представление об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме; дать детям представление о том, какие питательные   |  |  |
| 8 | Рациональное, сбалансированное питание «Белковый и            |  |  |  |

|    |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|
|    | жировой круги»   | вещества содержатся в различных продуктах; формировать представление о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья; формирование умения самостоятельно работать с информационными источниками.  |  |  |
| 9  | Мой рацион питания «Минеральный круг»  | Представление о роли минеральных веществ развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности знание детей об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах вызывающих изменение в рационе питания |  |  |
| 10 | Умейте правильно питаться. Пищевые вещества, их роль в питании и здоровье школьников | Пищевые вещества<br>Понятие рационального питания, знание о структуре ежедневного рациона питания  |  |  |
| 11 | Режим питания. «Пищевая тарелка»   | формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье   |  |  |
| 12 | Витамины и минеральные вещества  | Роль витаминов и минеральных веществ; формировать представление о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья; формирование умения самостоятельно работать с информационными источниками.   |  |  |

|    |   |   |  |  |
|----|---|---|--|--|
| 13 | Влияние воды на обмен веществ. Напитки и настои для здоровья              | Взаимосвязь здоровья и воды. Представление о напитках здоровья; развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы  |  |  |
| 14 | Энергия пищи. Источники «строительного материала» Игра «Что? Где? Когда?» | знания детей об основных группах питательных веществ – белках, жирах, углеводах, витаминах и минеральных солях, функциях этих веществ в организме; формировать представление о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья   |  |  |
| 15 | Роль пищевых волокон на организм человека                                 | Продукты, содержащие пищевые волокна; умение самостоятельно оценивать свой рацион и режим питания с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и с учётом границ личной активности, корректировать несоответствия; формировать представление о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья;  |  |  |
| 16 | Где и как мы едим   | Правила полезного питания; навыки, связанные с этикетом в области питания; дать представление о предметах кухонного оборудования, их назначении; сформировать представление об основных правилах гигиены, которые необходимо соблюдать на кухне; познакомить детей с одним из основных принципов устройства кухни – строгое разграничение готовых и сырых продуктов; сформировать навыки осторожного поведения на кухне – бытовые травмы. |  |  |
| 17 | « Фаст фуды»  | Заведения общественного   |  |  |

|    |   |  |  |  |
|----|---|--|--|--|
|    |   | питания навыки, связанные с этикетом в области питания; дать представление о предметах кухонного оборудования, их назначении; сформировать представление об основных правилах гигиены, которые необходимо соблюдать;   |  |  |
| 18 | Меню для похода   | Сформировать представление об особенностях питания в походе; развивать знания учащихся о здоровом правильном питании, познавательный интерес к окружающему миру; воспитывать бережное отношение к продуктам питания, чувство товарищества и взаимопомощи; продолжить формирование навыков правильного поведения в походе   |  |  |
| 19 | Ты - покупатель<br>Права<br>потребителя                 | умение самостоятельно выбирать продукты, в которых содержится наибольшее количество питательных веществ и витаминов развитие коммуникативных навыков у детей и подростков.   |  |  |
| 20 | Ты готовишь себе и друзьям<br>Бытовые приборы для кухни | развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности; формирование представление о необходимости разнообразного питания как обязательном условии здоровья; дать представление о предметах кухонного оборудования, их назначении; формирование умения самостоятельно работать с информационными источниками. |  |  |
| 21 | Блюдо своими руками                                     | информирование детей и подростков о народных традициях, связанных с питанием и здоровьем, расширение знаний об истории и традициях своего народа и   |  |  |
| 22 | Блюда жителей Крайнего Севера                           |  |  |  |
| 23 | Традиционные блюда России                               |  |  |  |

|    |  |  |  |  |
|----|--|--|--|--|
| 24 | Традиционные блюда Кубани  | народов других стран; формирование чувства   |  |  |
| 25 | «Календарь» кулинарных праздников                                  | уважения к культуре своего народа и культуре и традициям других народов;   |  |  |
| 26 | Кухни разных народов   | знание детей об особенностях питания в летний и зимний периоды, причинах вызывающих изменение в  |  |  |
| 27 | Кулинарная история. Как питались наши предки?                      | рационе питания развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности; развитие коммуникативных навыков  |  |  |
| 28 | Правила здорового питания..  | Формировать представление о необходимости разнообразного питания как обязательном  |  |  |
| 29 | Рекомендации по формированию навыков правильного питания школьника | условии здоровья; Регулярность, разнообразие, безопасность, удовольствие; развитие коммуникативных навыков у детей и подростков, умения эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в процессе решения проблемы   |  |  |
| 30 | Как питались на Руси   | расширить знания детей о кулинарных традициях своей страны и других стран; показать  |  |  |
| 31 | Традиционные напитки на Руси                                       | взаимообусловленность возникновения традиционных блюд от географии территории, а также особенностях ведения хозяйства; сформировать представление детей о многообразии, простоте и пищевой ценности многих традиционных блюд русской национальной кухни, возможности ежедневного включения некоторых из них в рацион питания школьников; познакомить детей с традиционными рецептами приготовления блюд русской национальной кухни (по краеведческому материалу); способствовать формированию у детей толерантности: |  |  |

|    |  |   |  |  |
|----|--|---|--|--|
|    |  | <p>уважения к национальной культуре собственного народа и других народов.</p> <p>развитие творческих способностей и кругозора у детей и подростков, их интересов и познавательной деятельности</p>  |  |  |
| 32 | Составляем формулу правильного питания «Формула правильного питания» | <p>Закрепление представлений об основных требованиях, которые предъявляются к организации ежедневного рациона питания;</p> <p>формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей, формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье развитие.</p>                                  |  |  |
| 33 | Путешествие по «Аппетитной стране»                                   | <p>формирование и развитие представления детей и подростков о здоровье как одной из важнейших человеческих ценностей;</p> <p>формирование готовности заботиться и укреплять собственное здоровье;</p> <p>упражнять детей в названии составных частей предмета, совершенствовать умение оживлять предметы, находить похожие части, признаки, свойства предметов.</p> |  |  |
| 34 | Викторина по курсу «Занимательная биология».                         |   |  |  |
| 35 | Резерв   |   |  |  |