

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Комитет образования, науки и молодежной политики Волгоградской**  
**области**

**Департамент по образованию администрации Волгограда**  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №130 Ворошиловского района Волгограда»

РАССМОТРЕНО

Методический совет  
№130

Протокол №1 от 29.08.2024г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

по ВР

\_\_\_\_\_  
Филиппенко Т.В.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ СШ

\_\_\_\_\_  
О.Н.Черненко

Приказ № 330 от  
02.09.2024г.

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**

**«Здоровый образ жизни»**

для обучающихся 8 «А» класса

Волгоград 2024

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 130 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"**, Черненко  
Ольга Николаевна

**07.11.24** 09:31 (MSK)

Простая подпись

## Пояснительная записка

Данная программа рассчитана на занятия внеурочной деятельностью учащихся 6,8 классов.

Проблемы здоровья населения России, здоровья подрастающего поколения являются причиной для беспокойства общества. Свою долю ответственности за сохранение здоровья ребенка имеет система образования, в частности школа.

### **Актуальность**

Проблемы сохранения здоровья школьников и привития им навыков здорового образа жизни сегодня очень актуальны.

Хотя здоровье представляет собой одну из важнейших жизненных ценностей, люди чаще всего вспоминают о нем только тогда, когда начинают болеть. Что же такое здоровье? Здоровье подразумевает не только отсутствие болезни и физических дефектов. Это состояние полного физического, психического и социального благополучия, которое включает в себя следующие составляющие части:

- высокая работоспособность и устойчивость к заболеваниям, основой чего является нормальная работа всех органов и систем организма;
- уверенность в себе, основанная на умении управлять своими поступками, чувствами и мыслями;
- стремление и умение управлять собственным здоровьем и строить свое поведение без ущерба для благополучия других людей.

На развитие и состояние здоровья детей оказывают влияние ряд факторов. Одни из них укрепляют здоровье, другие его ухудшают (факторы риска). По утверждению медиков, здоровье человека на 50% зависит от образа жизни, на 20% от наследственности, на 20% от внешней среды, на 10% от качества медицинского обслуживания. Таким образом, основным фактом, формирующим здоровье учащихся, является его образ жизни, в который входят следующие составляющие: питание, физическая активность, отношение к вредным привычкам, психологический микроклимат, ответственность за сохранение собственного здоровья.

Здоровье, в свою очередь, является основным фактором, определяющим эффективность обучения. Только здоровый ребенок способен успешно и в полной мере овладеть школьной программой. Нарушение здоровья приводит к трудностям в обучении. В связи с этим перед школой стоят сразу две задачи:

1. Сохранить, поддержать и укрепить тот уровень здоровья, с которым ребенок приходит в образовательное учреждение.
2. Воспитать у него ценностное отношение к собственному здоровью.

Данная программа кружка «Здоровый образ жизни» направлена на решение этих задач.

**Целью** этого курса является формирование культуры здорового образа жизни учащихся как компонента базовой культуры личности.

### **Задачи программы:**

- организация деятельности учащихся по сохранению и укреплению своего здоровья;
- формирование культуры здоровья;
- воспитание стремления к здоровому образу жизни;
- расширение гигиенических знаний и навыков;
- овладение приемами оказания первой медицинской помощи;
- профилактика различных заболеваний, вредных привычек, детского травматизма;
- побуждение учащихся к самопознанию и самосовершенствованию, созданию собственных форм здорового образа жизни.

Школьники мало знают о способах поддержания здоровья. Чаще всего под здоровым образом жизни они понимают отсутствие вредных привычек. А это не совсем так. Здоровый образ жизни — это совокупность сознательно сформированных привычек человека, направленных на поддержание и укрепление здоровья и творческого долголетия. Незнание его составляющих — главная причина невнимательного отношения учащихся к своему здоровью. А следствие — низкий уровень здоровья подростков. Здоровым можно считать только такой образ жизни, который не приносит вреда здоровью, позволяет человеку поддерживать высокий уровень работоспособности, хорошего самочувствия и настроения. Чтобы обеспечить все эти условия, здоровый образ жизни должен включать:

- настрой на здоровый образ жизни;
- достаточную двигательную активность;
- умение регулировать свое психическое состояние;
- правильное питание;
- четкий режим жизни;
- отказ от вредных привычек;
- выполнение гигиенических требований;
- умение предупреждать опасные ситуации и правильно вести себя при их возникновении.

Формирование культуры здорового образа жизни — одна из стратегических целей обучения и воспитания современных школьников. Образ жизни человека является определяющим фактором в состоянии его здоровья. Только из здорового ребёнка может вырасти здоровый взрослый.

**Направленность образовательной Программы** – спортивно-оздоровительная **Новизна** программы заключается в формировании здорового образа жизни через практикумы, игры, выполнение творческих заданий. В результате чего происходит расширение учебных знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

**Сроки и этапы реализации программы**

Программа рассчитана на учащихся 6,8 классов. На занятия курса отводится **17 часов в год в каждом классе**. Занятия проводятся в кабинете биологии с периодичностью 1 раз в две недели. **Основные формы работы:** индивидуальная, групповая, работа в парах.

**Методы реализации программы:** рассказ, беседа, практикум, игровые методы, демонстрации презентаций, экскурсия.

## Планируемые результаты

### Результаты (УУД)

#### Формируемые умения

личностные

- 1) формирование у детей мотивации к обучению.
- 2) развитие познавательных навыков учащихся, умений самостоятельно конструировать свои знания, ориентироваться в информационном пространстве, развитие критического и творческого мышления.

Метапредметные результаты:  
регулятивные

- 1) учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
  - 2) планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
3. ) осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.

Метапредметные результаты:

**Обучающиеся будут иметь возможность:**  
познавательные

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 130 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"**, Черненко  
Ольга Николаевна

07.11.24 09:31 (MSK)

Простая подпись

- 1) учиться: навыкам решения творческих задач и навыках поиска, анализа и интерпретации информации;
- 2) добывать необходимые знания и с их помощью проделывать конкретную работу;
- 3) осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- 4) умение выделять существенную информацию из текстов разных видов;
- 5) осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков.

Метапредметные результаты:

Обучающиеся **будут иметь возможность:**

коммуникативные

1) учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика). 2) умение координировать свои усилия с усилиями других. 3) формулировать собственное мнение и позицию; 4) договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; 5) задавать вопросы; 6) допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; 7) учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.

предметные

Обучающиеся **научатся:**

1. составлять режим дня;
2. соблюдать личную гигиену;
3. управлять своими эмоциями;
4. выполнять комплекс утренней гимнастики;
5. выполнять упражнения для профилактики простудных заболеваний, сколиоза, плоскостопия; зарядку для глаз;
6. включать в свой рацион питания полезные продукты;
7. соблюдать правила дорожного движения;
8. соблюдать правила пожарной безопасности;
9. соблюдать правила техники безопасности в быту, в природе.
10. овладеть приёмами оказания первой медицинской помощи.
11. отказ от вредных привычек;
12. предупреждать опасные ситуации и правильно вести себя при их возникновении.

## Содержание тем учебного курса

### **Раздел 1. Введение - 1 час**

**Организация работы в кружке.** Кружок как форма работы с детьми. Знакомство с планом работы кружка. Организация работы членов кружка. Выбор актива кружка. Основные формы и методы работы.

**Здоровье человека. Значение здорового образа жизни для человека.** Понятие здоровья. Здоровье и его составляющие: физическое, психическое и духовное здоровье. Пути их гармоничного существования. Понятия «здоровый образ жизни», «вредные привычки». Их влияние на качество жизни. Источники здоровья.

*Игра «Завершите фразу».*

### **Раздел 2. Факторы укрепления здоровья человека - 20 часов.**

**О пользе закаливания.** Значение солнечного света для состояния здоровья человека. Способы и правила принятия солнечных ванн, загара. Искусственный загар. Влияние загара на состояние здоровья человека. Закаливающий эффект воды. Моржевание. Правила закаливания.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 130 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"**, Черненко  
Ольга Николаевна

07.11.24 09:31 (MSK)

Простая подпись

*Викторина «О пользе закаливания»*

### **Здоровье в саду и на грядке.**

Многообразие овощных культур и деление на группы по разным критериям: по значению для человека, по признаку использования той или иной части растения, по способам использования, по биологическим особенностям и др.

Клубнеплоды. Корнеплоды. Плодовые овощные культуры. Капустные овощные растения.

Зеленные культуры. Их значение для здоровья человека.

Фитонцидные свойства овощей на примере лука, чеснока.

*Викторина «Здоровье в саду и на грядке»*

**Режим дня.** Понятие режима дня. Его значение для жизни человека. Биологические часы и самочувствие человека.

*Практикум «Составление режима дня»*

### **Скелет и осанка.**

Правильная осанка как критерий и фактор здоровья человека. Костно-мышечная система - каркас организма. Причины искривления позвоночника. Плоскостопие. Упражнения на развитие костно-мышечной системы. Значение физкультуры.

*Практикум «Степень искривленности позвоночника»*

*Практикум «Утренняя гимнастика»*

### **Основы гигиены.**

Понятие гигиены. Функции гигиены в жизни человека. Правила гигиены. Механизмы переноса инфекции от человека человеку. Значение гигиены для человека. Личная и общественная гигиена. Зависимость здоровья человека от состояния среды обитания.

*Практикум «Кожа - зеркало здоровья»*

### **Гиподинамия как проблема современного общества.**

Понятие гиподинамии. Гиподинамия и здоровье. Необходимость подвижного образа жизни для сохранения здоровья.

*Практикум «Составление комплекса зарядки»*

### **Компьютер, телевизор и я.**

Правила работы за компьютером. Правила просмотра телепередач. Влияние компьютера на здоровье человека.

*Практикум «Зарядка для глаз»*

### **Золотые правила питания.**

Продукты питания как фактор здоровья человека. Качество продуктов питания. Умение читать информацию на упаковке товара. Химические добавки в продуктах и их обозначение цифровыми кодами. Проблема утилизации упаковки.

Суточный пищевой рацион человека: завтрак, обед и ужин. Периодичность питания человека в течение дня. Понятие диеты. Функции и правила соблюдения диеты в укреплении здоровья человека. Правила составления различного меню.

Пищевая аллергия и её признаки. Продукты, вызывающие аллергию.

*Практическая работа «Определение степени полезности или вредности распространённых продуктов питания»*

**Овощи и фрукты в питании человека.** Значение растительной пищи для здоровья человека. История окультуривания некоторых растений. Центры происхождения культурных растений. Деление растений на группы по их использованию.

*Дидактическая игра «Раздели на группы».*

### **Вредные привычки.**

Виды вредных привычек. Табакокурение. Алкоголизм. Влияние алкоголя и табакокурения на организм человека.

*Просмотр и обсуждение презентации «Никотин - друг или враг?»*

### **Культура моей семьи и я.**

Культура общения в семье. Психологический климат в семье и его влияние на здоровье.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 130 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА", Черненко Ольга Николаевна

07.11.24 09:31 (MSK)

Простая подпись

*Конкурс рисунков «Моя семья»*

**Жизнь без конфликтов.**

Причины, виды и последствия конфликтов. Правила урегулирования конфликтов. Стресс. Влияние конфликтной ситуации на здоровье человека.

*Практикум «Жизнь без конфликтов»*

**Эмоциональное восприятие природы как фактор влияния на здоровье человека.** Эмоциональное благополучие человека как составляющая часть его здоровья. Наблюдение за красотой весенней природы, приметам пробуждающейся природы. Восприятие окружающего мира с помощью различных органов чувств. Накопление положительных эмоций.

*Экскурсия в природу «Весенняя палитра природы».*

**Раздел 3. Основы безопасного поведения - 6 часов.**

**Огонь – враг и друг человека.**

Полезное значение огня для человека. Правила противопожарной безопасности.

*Конкурс рисунков по противопожарной безопасности.*

*Просмотр и обсуждение презентации «С огнём не шутят»*

**Пешеход и водитель.**

Правила безопасного поведения на дорогах для пешеходов, велосипедистов.

*Викторина «Светофорный ринг»*

**ВИЧ. СПИД.**

Понятия ВИЧ, СПИД. Опасность заражения ВИЧ. Пути заражения. Обследование.

*Просмотр и обсуждение презентации «ВИЧ. СПИД»*

*Просмотр и обсуждение презентации «Хочу все знать»*

**Раздел 4. Основы медицинских знаний - 7 часов**

**Первая помощь при кровотечениях и переломах.**

Виды ран. Виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.

*Практикум «Наложение разных видов повязок»*

**Первая помощь при тепловом, солнечном ударах и ожогах.**

Причины теплового и солнечного ударов. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах.

Виды ожогов. Первая помощь при ожогах.

**Инфекционные болезни.**

Вирусы. Вирусные заболевания, их опасность, профилактика (грипп, ОРЗ, ОРВИ, СПИД и другие).

Бактерии. Бактериальные заболевания, их опасность, профилактика.

Многообразие насекомых - переносчиков инфекций: мухи, тараканы, клещи, комар малярийный. Их опасность. Меры профилактики заболеваний.

*Викторина «Неболейка»*

**Лекарственные растения. Лекарственные средства.**

Лекарственные и ядовитые растения. Знакомство с наиболее распространёнными растениями, их влиянием на функционирование организма и иммунитет человека.

Лекарственные средства домашней аптечки.

*Викторина «Лесная аптека»*

*Игра «Путешествие на поезде «Здоровье»*

**Календарно-тематический план**

**Тема раздела, занятия**

**Дата**

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 130 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"**, Черненко  
Ольга Николаевна

**07.11.24** 09:31 (MSK)

Простая подпись

## Описание содержания занятий

### 1. Введение – 1 час

1

Что такое здоровье. Значение здорового образа жизни для человека. Игра «Завершите фразу».

Кружок как форма работы с детьми. Знакомство с планом работы кружка. Организация работы членов кружка. Выбор актива кружка. Основные формы и методы работы. Здоровье человека. Значение здорового образа жизни для человека. Понятие здоровья. Здоровье и его составляющие: физическое, психическое и духовное здоровье. Пути их гармоничного существования. Понятия «здоровый образ жизни», «вредные привычки». Их влияние на качество жизни. Источники здоровья.

Игра «Завершите фразу».

### 2. Факторы укрепления здоровья человека – 20 часов

2

О пользе закаливания.

Значение солнечного света для состояния здоровья человека. Способы и правила принятия солнечных ванн, загара. Искусственный загар. Влияние загара на состояние здоровья человека. Закаливающий эффект воды. Моржевание. Правила закаливания.

3

Викторина «О пользе закаливания»

Викторина «О пользе закаливания». Работа в группах по вопросам викторины. Выявление знатоков темы.

4

Здоровье в саду и на грядке.

Многообразие овощных культур и деление на группы по разным критериям: по значению для человека, по признаку использования той или иной части растения, по способам использования, по биологическим особенностям и др.

Клубнеплоды. Корнеплоды. Плодовые овощные культуры. Капустные овощные растения.

Зеленные культуры. Их значение для здоровья человека.

Фитонцидные свойства овощей на примере лука, чеснока.

5

Викторина «Здоровье в саду и на грядке»

Викторина «Здоровье в саду и на грядке». Работа в группах по вопросам викторины. Выявление знатоков темы.

6

Режим дня. Практикум «Составление режима дня»

Понятие режима дня. Его значение для жизни человека. Биологические часы и самочувствие человека.

Практикум «Составление режима дня».

7

Скелет и осанка. Практикумы: «Утренняя гимнастика», «Степень искривленности позвоночника»

Правильная осанка как критерий и фактор здоровья человека. Костно-мышечная система - каркас организма. Причины искривления позвоночника. Плоскостопие. Упражнения на развитие костно-мышечной системы. Значение физкультуры.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 130 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА", Черненко Ольга Николаевна

07.11.24 09:31 (MSK)

Простая подпись

Практикумы: «Утренняя гимнастика»,  
«Степень искривленности позвоночника».

8

Основы гигиены.

Понятие гигиены. Функции гигиены в жизни человека. Правила гигиены. Механизмы переноса инфекции от человека человеку. Значение гигиены для человека. Личная и общественная гигиена. Зависимость здоровья человека от состояния среды обитания.

9

Практикум «Кожа-зеркало здоровья»

Практикум «Кожа-зеркало здоровья». Знакомство с типами кожи: сухая, жирная, смешанная. Определение типов кожи.

10

Гиподинамия как проблема современного общества.

Практикум «Составление комплекса зарядки»

Понятие гиподинамии. Гиподинамия и здоровье. Необходимость подвижного образа жизни для сохранения здоровья.

Практикум «Составление комплекса зарядки».

11

Компьютер, телевизор и я.

Практикум «Зарядка для глаз»

Правила работы за компьютером. Правила просмотра телепередач. Влияние компьютера на здоровье человека.

Практикум «Зарядка для глаз».

12

Золотые правила питания

Продукты питания как фактор здоровья человека. Качество продуктов питания. Проблема утилизации упаковки.

Суточный пищевой рацион человека: завтрак, обед и ужин. Периодичность питания человека в течение дня. Понятие диеты. Функции и правила соблюдения диеты в укреплении здоровья человека. Правила составления различного меню.

Пищевая аллергия и её признаки. Продукты, вызывающие аллергию.

13

Практическая работа «Определение степени полезности или вредности распространённых продуктов питания»

Умение читать информацию на упаковке товара. Химические добавки в продуктах и их обозначение цифровыми кодами.

14

Овощи и фрукты в питании человека. Дидактическая игра «Раздели на группы»

Значение растительной пищи для здоровья человека. История окультуривания некоторых растений. Центры происхождения культурных растений. Деление растений на группы по их использованию.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 130 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"**, Черненко  
Ольга Николаевна

07.11.24 09:31 (MSK)

Простая подпись

15

Вредные привычки

Виды вредных привычек. Компьютерная и телефонная зависимости. Зависимость от еды. Табакокурение. Алкоголизм. Влияние алкоголя и табакокурения на организм человека.

16

Просмотр и обсуждение презентации «Никотин - друг или враг?»

Влияние никотина на организм человека. Никотиновая зависимость. Причины.

17

Культура моей семьи и я

Культура общения в семье. Психологический климат в семье и его влияние на здоровье.

18

Конкурс рисунков «Моя семья»

Обучающиеся рисуют свою семью.

19

Жизнь без конфликтов

Причины, виды и последствия конфликтов. Правила урегулирования конфликтов. Стресс. Влияние конфликтной ситуации на здоровье человека.

20

Практикум «Жизнь без конфликтов»

Решение задач по избежанию и выходу из конфликтных ситуаций.

21

Эмоциональное восприятие природы как фактор влияния на здоровье человека.

Экскурсия в природу «Весенняя палитра природы».

Эмоциональное благополучие человека как составляющая часть его здоровья. Наблюдение за красотой весенней природы, приметами пробуждающейся природы. Восприятие окружающего мира с помощью различных органов чувств. Накопление положительных эмоций.

Экскурсия в природу «Весенняя палитра природы».

**3. Основы безопасного поведения - 6 часов.**

22

Огонь – враг и друг человека.

Просмотр и обсуждение презентации «С огнём не шутят»

Полезное значение огня для человека. Правила противопожарной безопасности.

Просмотр и обсуждение мультимедийной презентации «С огнём не шутят».

23

Конкурс рисунков по противопожарной безопасности

Конкурс рисунков по противопожарной безопасности.

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 130 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"**, Черненко  
Ольга Николаевна

07.11.24 09:31 (MSK)

Простая подпись

24

Пешеход и водитель

Правила безопасного поведения на дорогах для пешеходов, велосипедистов.

25

Викторина «Светофорный ринг»

Викторина «Светофорный ринг». Работа в группах по вопросам викторины. Выявление знатоков темы.

26

ВИЧ. СПИД. Просмотр и обсуждение презентации «ВИЧ. СПИД»

Понятия ВИЧ, СПИД. Опасность заражения ВИЧ. Пути заражения. Обследование.

27

Просмотр и обсуждение презентации «Хочу все знать»

Просмотр и обсуждение презентации «Хочу все знать».

#### **4. Основы медицинских знаний - 7 часов**

28

Первая помощь при кровотечениях и переломах.

Практикум «Наложение разных видов повязок»

Виды ран. Виды кровотечений. Первая помощь при кровотечениях.

Практикум «Наложение разных видов повязок».

29

Первая помощь при тепловом, солнечном ударах и ожогах

Причины теплового и солнечного ударов. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах. Виды ожогов. Первая помощь при ожогах.

30

Инфекционные болезни.

Вирусы. Вирусные заболевания, их опасность, профилактика (грипп, ОРЗ, ОРВИ, СПИД и другие).

Бактерии. Бактериальные заболевания, их опасность, профилактика.

Многообразие насекомых-переносчиков инфекций: мухи, тараканы, клещи, комар малярийный.

Их опасность. Меры профилактики заболеваний.

31

Викторина «Неболеяка»

Викторина «Неболеяка». Работа в группах по вопросам викторины. Выявление знатоков темы.

32

Лекарственные растения. Лекарственные средства.

Лекарственные и ядовитые растения. Знакомство с наиболее распространёнными растениями, их влиянием на функционирование организма и иммунитет человека. Лекарственные средства домашней аптечки.

33

Викторина «Лесная аптека»

Викторина «Лесная аптека». Работа в группах по вопросам викторины. Выявление знатоков темы.

34

Игра «Путешествие на поезде «Здоровье». Подведение итогов работы.

Подведение итогов работы кружка. Итоговое занятие в форме игры – путешествия по станциям. Групповая работа.

## Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

### Литература

#### *для педагога:*

1. Агеева, И.Д. Веселая биология на уроках и праздниках: метод. пособие / И.Д. Агеева. — М. : Сфера, 2005.
2. Агеева, И.Д. Веселые загадки-складки и загадки-обманки для всех школьных праздников / И.Д. Агеева. — М. : ТЦ Сфера, 2002.
3. Биология.9 класс: предпрофильная подготовка: сборник программ элективных курсов/сост.И.П.Чередниченко.-Волгоград:Учитель, 2006.
4. Былицкая, И.Л. Развитие органов чувств средствами природы / И.Л. Былицкая, Н.А. Лопатченко, О.В. Каминская; под ред. Н.Г. Поляковой. — Минск: Республиканский экологический центр детей и юношества.
5. Игнатьева, И.П. Плодовые и овощные культуры СССР: альбом / И.П. Игнатьева, А.Н. Постников, Н.В. Борисов. — М.: Агропромиздат, 1990.
6. Колеченко, А.К. Энциклопедия педагогических технологий / А.К. Колеченко. — М. ; СПб., 2001.
7. Конюшко, В.С. Природа служит человеку / В.С. Конюшко, СЕ. Повлюченко. — Минск : Народная асвета.
8. Ксенофонтова, В.В. Анатомия и физиология человека: учеб.-метод. пособие по биологии / В.В. Ксенофонтова, В.В. Евстафьев, О.Г. Машанова. — М. : Московский лицей, 1997.
9. Шапиро, Д.Н. Дикорастущие плоды и ягоды / Д.Н. Шапиро, Н.И. Манциводо, В.А. Михайловская. — 3-е изд., перераб. и доп. — Минск : Ураджай, 1988.
10. Потапова, Л.М. Детям о природе. Экология в играх для детей 5—10 лет: популярное пособие для родителей и педагогов / Л.М. Потапова. — Ярославль : Академия развития; Академия Холдинг.
11. Предметная неделя биологии в школе./Сост.Малашенков А.С.-Волгоград:ИТД «Корифей», 2006
12. Сотников, В.Ф. Кладовая здоровья: альбом / В.Ф. Сотников. — М. : Лесная промышленность, 1985.
13. Царфис, П.Г. В союзе с природой / П.Г. Царсерис. — М. : Мол. гвардия.
14. Черняк, Л.В. Экологическое образование и воспитание школьников на уроках биологии: метод. рекомендации / Л.В. Черняк, В.А. Бахарев, С.С. Маглыш. — Минск : ТетраСистемс.

#### *для учащихся:*

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 130 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"**, Черненко  
Ольга Николаевна

07.11.24 09:31 (MSK)

Простая подпись

1. Жигар, М.П. Мир целебных корней / М.П. Жигар, Л.В. Николайчук. — Минск : Ураджай, 1991.
2. Иванова, Т.Н. Лесная кладовая / Т.Н. Иванова, Л.Ф. Путинцева. — Тула : Приок. кн. изд-во, 1993.
3. Трайтак, Д.И. Книга для чтения по биологии. Растения / Д.И. Трайтак. — М. : Просвещение, 1996.
4. Князева, М.Л. Ключ к самосозиданию / М.Л. Князева. — М. : Мол. гвардия, 1990.
5. Кошечев, А.К. Лесные ягоды: справочник / А.К. Кошечев, Ю.И. Смирняков. — М. : Экология.
6. Кудян, А.Н. Хозяйке о продуктах питания / А.Н. Кудян. — Минск : Ураджай, 1978.
7. Микулович, Л.С. Тайны хлеба / Л.С. Микулович, Е.В. Дубовик. — Минск : Ураджай, 1993.
8. Муроx, В.И. Целебные напитки / В.И.Муроx, Л.И. Сокольников. — 2-е изд. — Минск : Польша, 1986. — 158 с.
9. Ольгин, О. От абрикоса до яблока / О. Ольгин. — М. : Текст, 1994.
10. Пекелис, В.Д. Как найти себя: энциклопедия в двух книгах, которая поможет тебе стать сильнее, умнее, лучше / В.Д. Пекелис. — Минск : Юнацтва, 1989.

### **Цифровые образовательные ресурсы**

<http://yandex.ru/clck/jsreDIR?from=yandex.ru>  
[shkola-ehntuziast.narod.ru>programma.doc](http://shkola-ehntuziast.narod.ru/programma.doc)  
[easyen.ru>load/klassnye...zdorovyj\\_obraz\\_zhizni/171](http://easyen.ru/load/klassnye...zdorovyj_obraz_zhizni/171)  
[zavuch.info>uploads/methodlib/2012/1/7/Кружок.doc](http://zavuch.info/uploads/methodlib/2012/1/7/Кружок.doc)  
[edu.cap.ru>?t=hry...5115...40867/169605/169936/169939](http://edu.cap.ru/?t=hry...5115...40867/169605/169936/169939)  
[forum.yotatester.ru>...obrazovatel'naya...6klassov.html](http://forum.yotatester.ru/>...obrazovatel'naya...6klassov.html)  
[sportbok.narod.ru>Fit/fit81.html](http://sportbok.narod.ru/>Fit/fit81.html)  
[erudition.ru>referat/ref/id.33870\\_1.html](http://erudition.ru/>referat/ref/id.33870_1.html)  
[takzdorovo.ru>Привычки](http://takzdorovo.ru/>Привычки)  
[naturomed.ru>zdorove/6062.htm](http://naturomed.ru/>zdorove/6062.htm)

### **Методическое обеспечение**

- 1). Мультимедийные презентации:
  - «Никотин-друг или враг?»
  - «С огнём не шутят»
  - «Светофорный ринг»
  - «ВИЧ. СПИД»
  - «Хочу все знать»
  - «Здоровый образ жизни»
  - «Правильное питание»
  - «Лесная аптека»
- 2). Таблицы по анатомии человека.
- 3). Буклеты:
  - Что такое ВИЧ и СПИД.
  - Туберкулёз и его профилактика.
  - Энтеробиоз и его профилактика.
  - Педикулёз и его профилактика.
  - Вредные привычки.

### **Материальное обеспечение программы**

- компьютер,
- проектор, экран.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 130 ВОРОШИЛОВСКОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДА"**, Черненко  
Ольга Николаевна

**07.11.24** 09:31 (MSK)

Простая подпись