

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №55

РАССМОТРЕНО

методическое объединение

естественно-научных дисциплин

Протокол №1

от «30» августа 2022 г.

Руководитель МО

М.А. Лажосов М.А.

ПРИНЯТО

Педагогический совет

МБОУ СОШ №55

Протокол № 1

от «30» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ №55

И.Л. Лебедева

Приказ № 30.08.4-44

от «30» августа 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

элективного курса

Человек и его здоровье

11 класс - 1 час в неделю, общее количество 34 часа

2022 г.

Пояснительная записка

Данная программа элективного курса по биологии «Человек и его здоровье» предназначена для учащихся 11 классов основной общеобразовательной школы. Курс рассчитан на 34 часа общего времени, с периодичностью преподавания 1 раз в неделю. Элективный курс направлен на углубленное изучение предметов (биологии, химии, экологии). В курсе рассматриваются наиболее актуальные на сегодняшний день вопросы сохранения здоровья. К сожалению, социальная ситуация сегодня в нашей стране такова, что в своих намерениях сохранить здоровье мы теперь можем рассчитывать только на себя, свою грамотность и знания в этой области. Данный курс имеет цель донести до учащихся, готовящихся выйти в самостоятельную жизнь, мысль, что забота о собственном здоровье является необходимым и естественным элементом культуры человека. Курс знакомит с направлениями, по которым нужно контролировать его здоровье, с правилами, которые нужно соблюдать в жизни. Он знакомит учащихся и расширяет кругозор в области здоровья человека. В данном курсе рассматриваются биологические особенности организма человека, психические особенности и эмоционально-волевые, особенности нервной системы, то, что выходит за рамки школьной программы по биологии. Программа позволяет ориентироваться на интересы учащихся и поэтому помогает решить важные учебные задачи, систематизируя, углубляя и расширяя биологические знания.

Изучение элективного курса на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих **целей**:

- **освоение** знаний: о биологических системах (клетка, организм); об истории развития современных представлений о живой природе; о выдающихся открытиях в биологической науке; о роли биологической науки в формировании современной естественно-научной картины мира; о методах научного познания;
- **овладение** умениями: обосновывать место и роль биологических знаний в практической деятельности людей, развитии современных технологий; проводить наблюдения за экосистемами с целью их описания и выявления естественных и антропогенных изменений; находить и анализировать информацию о живых объектах;
- **развитие** познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей в процессе изучения: выдающихся достижений биологии, вошедших в общечеловеческую культуру; сложных и противоречивых путей развития современных научных взглядов, идей, теорий, концепций, различных гипотез (о сущности и происхождении жизни, человека) в ходе работы с различными источниками информации;
- **воспитание**: убежденности в возможности познания живой природы, необходимости бережного отношения к природной среде, собственному здоровью; уважения к мнению оппонента при обсуждении биологических проблем;
- **использование** приобретенных знаний и умений в повседневной жизни для: оценки последствий своей деятельности по отношению к окружающей среде, здоровью других людей и собственному здоровью; обоснования и соблюдения мер профилактики заболеваний, правил поведения в природе.

Задачи элективного курса:

1. Овладеть основными терминами и понятиями, используемыми в генетике человека, в общей биологии, анатомии человека, научиться грамотно их применять.

Учебно-тематический план

№ ПП	Тема (раздел)	Всего часов	В том числе (вид занятий)		Форма контроля
			Теоретическая часть	Практическая часть	
1	Социальная медицина	3	3		
2	Инфекционные заболевания	6	6		
3	Заболевания, связанные с вредными привычками	3	3		
4	Распространенные хронические заболевания	4	4		
5	Экстремальные ситуации	5	3	2	
6	Гигиена питания	5	4	1	
7	Ритмические процессы жизнедеятельности	3	3		
8	Гигиена быта	4	4		
9	Обобщение	1	1		
	Итого	34	31	3	

Учебная программа

дата, учебная неделя	тема раздела, главы	темы и последовательность уроков	
1 2 3	Социальная медицина	1 Социальная медицина. 2 Данные медицинской статистики. Гигиена. Санитария. 3 Причины, влияющие на здоровье . Экологическая обстановка в Удмуртии.	
4 5 6 7 8 9	Инфекционные заболевания	1 Инфекционные заболевания. Статистические данные среди школьников Удмуртии. 2 Периоды инфекционных заболеваний. 3 Иммунитет. 4 Инфекции верхних дыхательных путей . 5 Инфекции пищеварительной системы. 6 Инфекции кожи.	
10 11 12	Заболевания, связанные с вредными привычками	1 Основные группы вредных привычек. 2 Влияние курения на здоровье подростков. 3 Наркотики.	
13 14 15	Распространенные хронические заболевания	1 Хронические заболевания 2 Гастрит и язва 3 Бронхиальная астма. Аллергия.	

16		4 Лейкозы	
17	Экстремальные ситуации	1 Травматизм	Лаб. работа Лаб. работа
18		2 Охрана труда.	
19		3 Отравления	
20		4 Оказание первой помощи при травмах в быту	
21		5 Использование лейкопластыря, йода, перманганата калия при обработке ран.	
22	Гигиена питания	1 Гигиена питания	Лаб. работа
23		2 Витамины	
24		3 Значение минеральных солей и воды	
25		4 Рациональное питание	
26		5 Составление рациона питания	
27	Ритмические процессы жизнедеятельности	1 Биологические ритмы и их значение для организма.	
28		2 Суточные ритмы	
29		3 Ритмы сна	
30	Гигиена быта	1 Гигиена быта	
31		2 Синтетические материалы и их влияние на организм человека	
32		3 Опасные вредители в доме	
33		4 Лекарственные растения и их влияние на организм человека. Лекарственные растения Удмуртии.	

34	Обобщение	Обобщение по курсу «Человек и его здоровье». Благоустройство города Ижевска в целях сохранения здоровья человека.	
----	-----------	---	--

Рекомендуемая литература

- 1 Батуев Л. С., Соколов Л. В. Человек. Основы физиологии и психологии. М.: Дрофа, 2000.
- 2 Колесов Д. В., Маш Р.Д. Основы гигиены и санитарии. Факультативный курс. М.: Просвещение, 1989.
- 3 Колесов Д. В. Предупреждение вредных привычек в школе. М.: Педагогика, 1984.
- 4 Байер К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни. М.: Мир, 1997.
- 5 Федорова М. З., Кучменко В. С. Экология человека. Культура здоровья: учебник для 8 класса. М.: Вентана – Граф, 2004.
- 6 Величковский Б. Т., Кирпичев В. И. Здоровье человека и окружающая среда. М.: Новая школа, 1997.
- 7 Скрытые инфекции. Санкт – Петербург: Издательская компания” Невский проспект”, 2004 (Советует доктор)
- 8 Я иду на урок биологии. Человек и его здоровье/под редакцией А. Я. Щелкунова. М.: Первое сентября , 2000.