

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №7 г.Ивделя

РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического
совета МАОУ СОШ №7 г.Ивделя
протокол №4 от 21.06.2021

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора по УР
 М.А.Есаулкова



**Рабочая программа внеурочной деятельности
для обучающихся 8 класса
«АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»**

(реализация проекта «Точка роста»)

срок реализации программы: 1 год

Составитель:
Подшивалова Татьяна
Ивановна, учитель химии и
биологии

Ивдель, 2021

Пояснительная записка

Курс анатомии и физиологии человека занимает особое место при изучении биологии в школе. Это обусловлено высокой степенью значимости предлагаемой информации для повседневной жизни каждого человека, повышенным интересом обучающихся к данному разделу биологии. Тем не менее, в рамках школьной программы учитель постоянно сталкивается с дефицитом времени, необходимого для формирования элементарных практических умений, касающихся изучения особенностей человеческого организма.

Определенные затруднения вызывает также освоение навыков оценки функционального состояния организма, изучение основных принципов, позволяющих сохранить и укрепить здоровье. Способствовать решению некоторых из перечисленных проблем позволяет курс по выбору «Анатомия и физиология человека», реализуемый в рамках внеурочной деятельности.

Данный курс предназначен для обучающихся 8 класса общеобразовательной школы. Программа курса рассчитана на 34 часа. В основе курса лежит ряд практических работ, программа предполагает также проведение дискуссий, исследований. Курс направлен на оказание помощи обучающимся в выборе профиля обучения в классах средней школы.

Программа курса расширяет знания обучающихся по анатомии, физиологии, психологии и гигиене человека. В рамках программы продолжается формирование навыков исследовательской деятельности, происходит развитие информационно-коммуникативной культуры обучающихся, возникает устойчивый познавательный интерес к изучению себя как уникального организма и уникальной личности.

Курс «Анатомия и физиология человека» предусматривает выработку ряда практических умений, направленных на оценку функционального состояния своего организма. Рассмотрение проблем сохранения здоровья, изучение принципов здорового образа жизни позволяют повысить валеологическую грамотность обучающихся, сформировать отношение к здоровью как к величайшей ценности.

Цель данного курса: создание мотивационной основы для осознанного выбора естественно-научного профиля обучения выпускниками основной школы.

Основные задачи курса:

- расширить предметные знания обучающихся о строении и функциях человеческого организма;
- углубить знания о факторах, влияющих на здоровье человека;
- способствовать повышению интереса обучающихся к самопознанию;
- продолжить освоение умений, связанных с контролем за деятельностью своего организма;
- продолжить формирование навыков исследовательской деятельности в области естественных наук;
- способствовать развитию информационно-коммуникативной культуры обучающихся (использование различных источников информации, коммуникативность при работе в группах, ведение дискуссии, представление презентаций и результатов исследований);
- продолжить формирование валеологической грамотности, ценностного отношения к здоровью.

В результате изучения курса обучающиеся должны знать:

- основные понятия, связанные со строением и функционированием организма человека;
- методы проведения научных исследований, применяющиеся при изучении анатомии и физиологии человека;
- качественные и количественные показатели, характеризующие функциональное состояние организма человека;

- правила здорового образа жизни.

Обучающиеся должны уметь:

- проводить самонаблюдение и оценивать некоторые функциональные параметры своего организма;
- проводить эксперименты, связанные с изучением строения, функций и возможностей организма человека, анализировать, обобщать собранные данные, представлять результаты;
- объяснять взаимосвязь между состоянием здоровья и образом жизни;
- получать знания о строении организма человека самостоятельно путем работы с различными источниками информации;
- соблюдать правила работы в парах, группах;
- участвовать в беседах, дискуссиях, корректно отстаивать свою точку зрения, выслушивать мнение товарищей;
- готовить письменные и устные отчеты о результатах исследовательской деятельности.

Занятия в рамках курса «Анатомия и физиология человека» имеют практическую направленность, лекционную форму занятий.

Специфическим для данного курса по выбору является метод самонаблюдения. Он заключается в проведении наблюдений и простейших опытов над собственным организмом. Самонаблюдение может проводиться в классе и дома. Например, исследование индивидуальных особенностей оценки степени утомления. Метод самонаблюдения способствует повышению интереса к исследованию своего организма, его состояния и возможностей.

Частично-поисковый метод используется при проведении дискуссий, обсуждении результатов работ. Усвоение знаний и умений происходит путем аналитической деятельности, интеллектуального поиска. Вопросы для обсуждения подбираются так, чтобы обучающиеся имели возможность дать оценку, сделать самостоятельное заключение, вывод.

Успешность изучения курса зависит от форм организации познавательной деятельности обучающихся. Индивидуальная деятельность, позволяющая учесть особенности ребенка, используется при выполнении самонаблюдений, некоторых исследовательских и практических работ.

Фронтальная форма организации познавательной деятельности предполагает одновременное выполнение общих заданий всеми обучающимися.

Групповая форма работы, а также работа в парах постоянного состава уместна при проведении большинства практических работ. В процессе совместной работы реализуется потребность школьников в общении, в предъявлении своих знаний, совершенствуется умение формулировать и отстаивать свою точку зрения. Все это способствует развитию информационно-коммуникативной культуры обучающихся.

Формы проверки знаний и умений обучающихся включают:

- текущий контроль,
- тематический контроль,
- зачетный практикум,
- обобщающий (итоговый) контроль в форме презентации результатов проведенных исследований.

Тематическое планирование.

№	Содержание тем	Количество часов	Сроки
1	Введение. Методы изучения организма человека. Входное тестирование, анкета.	1	
2	Узнай себя. Можно ли сравнить меня с Аполлоном или немного о гармонии	1	
3	Опора и движение организма. У истоков изучения скелета. Общий план скелета человека и животных.	1	
4	Части костного аппарата.	1	
5	Пропорции тела. Рост человека.	1	
6	Практическая работа № 1. Определение пропорциональности телосложения.	1	
7	Практическая работа № 2. Освоение навыков формирования правильной осанки, походки, посадки за партой.	1	
8	Скелет человека в будущем.	1	
9	Два вида мышц. Гладкие мышцы. Мышцы скелета.	1	
10	Работа мышц нашего тела.	1	
11	Утомление и отдых.	1	
12	Практическая работа № 3. Оценка степени утомления	1	
13	Кровь. Красные клетки крови.	1	
14	Защитные свойства крови. «Людской мор»	1	
15	Что такое иммунитет? Великая сила иммунитета.	1	
16	И. Мечников - рыцарь борьбы с болезнями.	1	
17	Антибиотики.	1	
18	Восполнение потерь крови. Совместимость и несовместимость.	1	
19	Кровообращение. Предыстория главного открытия. Биография В.Гарвея.	1	
20	Движение крови в сосудах. Давление крови.	1	
21	Практическая работа № 4. Измерение артериального давления.	1	
22	Сердце. Работоспособность сердца.	1	
23	Болезни и лечение сердца.	1	
24	Дыхание. Как надо дышать. Лабораторная работа № 5. Определение продолжительности задержки дыхания в покое и после дозированной нагрузки.	1	
25	Вред курения.	1	
26	Пищеварение. Измельчение пищи. Зуб - живой орган.	1	
27	Печень. Поджелудочная железа.	1	
28	Гигиена питания. Десять модных диет или как правильно питаться. Практическая работа № 6. Составление суточного рациона.	1	
29	Витамины. Забытое открытие Н.И. Лунина.	1	
30	Кожа. Кожные заболевания. Гигиена кожи.	1	

31	Нервная система. Строение и функции спинного и головного мозга. Творцы науки о мозге.	1	
32	Анализаторы. Общие свойства анализаторов.	1	
33	Мой темперамент и характер. <i>Практическая работа № 7.</i> Изучение типов темперамента и характера.	1	
34	Как стать и остаться здоровым или что такое ЗОЖ <i>Тест «Что я знаю и чего не знаю?»</i>	1	

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Воронин Л. Г., Колбановский В. Н., Маш Р. Д. и др. Физиология высшей нервной деятельности и психология: Учебное пособие по факультативному курсу для учащихся. – М.: Просвещение, 1984.
2. Воронин Л. Г., Маш Р. Д. Методика проведения опытов и наблюдений по анатомии, физиологии, гигиене человека: Книга для учителя. – М.: Просвещение, 1983.
3. Данилин А. И. Как спасти детей от наркотиков. – М.: Центрполиграф, 2000.
4. Классные часы и беседы для старшеклассников по профилактике наркомании: методическое пособие / Под ред. В. В. Аршиновой. – М.: Сфера, 2005.
5. Коробейникова Л. А., Лапочкин И. А., Попов В. А. Профессиональная ориентация школьников на медицинские специальности: Методические рекомендации в помощь преподавателям биологии / Под ред. Л. А. Коробейниковой. – Вологда, 1990.
6. Кулагина И. Ю. Возрастная психология. – М.: Сфера, 2003.
7. Мухина В. С. Возрастная психология. – М.: Академия, 2002.
8. Рохлов В. С. Биология. Человек: Школьный практикум. – М.: Дрофа, 2000.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

- Биологический энциклопедический словарь. – М.: Советская энциклопедия, 1989.
- Казин Э. М., Блинова Н. Г., Литвинов Н. А. Основы индивидуального здоровья человека: Введение в общую и прикладную психологию. – М., 2000.
- Калинов Г. С., Мягкова А. Н. Здоровье. – М., 2003.
- Козлов Н. Истинная правда или учебник для психолога по жизни. – М.: Аст-пресс, 2000.
- Козлов Н. Как относиться к себе и людям или практическая психология на каждый день. – М.: Аст-пресс, 2000.
- Козлов Н. Философские сказки для обдумывающих жизнь или веселая книга о свободе и нравственности. – М.: Аст-пресс, 2000.
- Косицкий Г. И., Дьяконова И. Н. Резервы нашего организма: Книга для учащихся. – М., 1993.
- Кучма В. Р., Сердюковская Г. Н., Демин А. К. Руководство по гигиене и охране здоровья школьников. – М., 2003.
- Майотова В. М., Майотов О. В. Исповедь матери бывшего наркомана. – М., 2000.
- Поляков В. А. Здоровый образ жизни. – Краснодар, 1995.
- Рохлов В. С. Биология. Человек: Школьный практикум. – М.: Дрофа, 2000.
- Ягодинский В. Н. Школьнику о вреде никотина и алкоголя: Книга для учащихся. – М., 1985.