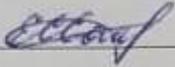


МКОУ «Зимниковская ООШ»

«Рассмотрено»	«Согласовано»	«Утверждено»
На педагогическом совете Протокол № 1 «29» августа 2022 г.	Заместитель директора школы по УВР  Сайфулина Е.С. «30» августа 2022 г.	 Директор школы Файзулин З.З. Приказ № 30 от «30» августа 2022г.

Рабочая программа
Курса внеурочной деятельности
«Узнай себя» для 6-8 класса
(на базе центра «Точка роста»)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 года №373;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
4. Приказ Минпросвещения России от 20 мая 2020 г. № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность» (с действующими изменениями);
5. Приказ Минобрнауки РФ от 04.10.2010 №986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»;
6. Паспорт национального проекта «Образование» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16);
7. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (утв. Постановлением Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 (ред. от 22.02.2021) «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования»);
8. Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании), (воспитатель, учитель)»;
9. Методические рекомендации по созданию и функционированию в общеобразовательных организациях, расположенных в сельской местности и малых городах, центров образования естественно-научной и технологической направленностей («Точка Роста») (Утверждены распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 12 января 2021 г. № Р-6);
10. Методические рекомендации по созданию и функционированию центра «Точка роста» на базе общеобразовательных организаций (утв. распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 12.01.2021 № Р-4);
11. Основная образовательная программа основного общего образования МКОУ «Зимниковская ООШ»
12. Положение о рабочей программе учителя МКОУ «Зимниковская ООШ »

Программа факультативного курса по биологии «Узнай себя» основывается на содержании и принципах построения базовой школьной программы по анатомии и физиологии человека, но включает в себя более глубокое и расширенное содержание, усиленное выполнением практических работ.

Данный факультативный курс не только расширит кругозор учащихся, но и повысит качество знаний по данному предмету.

Программа составлена для учащихся 6-8 классов. Срок реализации - один год, общее количество часов - 34. Режим занятий: 1 час в неделю

Основные формы изучения факультативного курса - теоретические занятия, практикумы, беседы, лекции, защита групповых и индивидуальных проектов.

С 2022 г. в школе начинает функционировать центр "Точка роста" естественно – научного и технологической направленностей, который предназначен для реализации основных образовательных программ по биологии. Особенное значение в преподавании биологии имеет школьный эксперимент, в который входят демонстрационный эксперимент и самостоятельные лабораторные работы учащихся на основе цифровой лаборатории.

Использование оборудования в рамках реализации проекта «Точка роста» и организация обучение в современном образовательном центре позволяет вести активную социальную деятельность. Благодаря внедрению в школьную программу современных образовательных технологий у школьников развивается логическое, аналитическое и творческое мышление. Часть уроков будет проводиться с использованием цифровой лаборатории центра «Точка роста». Применяя цифровые лаборатории на уроках биологии, учащиеся смогут выполнить множество лабораторных работ и экспериментов по программе основной школы.

Цель курса: расширить и углубить знания учащихся, в области анатомии и физиологии человека с целью формирования целостного представления о человеке как о биосоциальном виде; использовать полученные знания для сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Задачи курса:

- ознакомление с фундаментальными законами и принципами существования организма человека;
- выявление особенностей человека как вида животного царства;
- изучение строения организма человека, его отдельных тканей, органов и систем органов в связи с выполняемыми функциями;
- формирование системы общебиологических понятий;

- ознакомление с историей развития знаний по анатомии и физиологии человека и вкладом в развитие этих наук выдающихся ученых;
- освоение приемов и методов изучения физиологических процессов и функций организма человека, развитие навыков самостоятельной исследовательской и проектной работы;
- знакомство с гигиеническими требованиями и привитие навыков здорового образа жизни;
- воспитание экологической культуры учащихся;
- повышение качества знаний по предмету.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами освоения учащимися 8 класса факультативного курса по биологии являются:

- формирование ответственного отношения к учению, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- знание основных принципов и правил отношения к живой природе, основ здорового образа жизни и здоровые берегающих технологий;
- сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение живой природы; интеллектуальных умений (доказывать строить рассуждения, анализировать, делать выводы); эстетического отношения к живым объектам;

Метапредметными результатами освоения выпускниками старшей школы факультативного курса по биологии являются:

- овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности, включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям, классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы из заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;
- умение работать с разными источниками биологической информации: находить биологическую информацию в различных источниках (тексте учебника научно-популярной литературе, биологических словарях и справочниках), анализировать и оценивать информацию;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе

альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

- умение осознанно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции: сравнивать разные точки зрения, аргументировать и отстаивать свою точку зрения;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих;

Предметными результатами освоения выпускниками старшей школы элективного курса являются:

- приобретение опыта использования методов биологической науки и проведения несложных биологических экспериментов для изучения живых организмов и человека,

- формирование основ экологической грамотности: способности оценивать последствия деятельности человека в природе, влияние факторов риска на здоровье человека; умение выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих; осознание необходимости действий по сохранению биоразнообразия и природных местообитаний, видов растений и животных;

- объяснение роли биологии в практической деятельности людей, места и роли человека в природе, родства общности происхождения и эволюции растений и животных;

- овладение методами биологической науки; наблюдение и описание биологических объектов и процессов; постановка биологических экспериментов и объяснение их результатов;

- формирование представлений о значении биологических наук в решении локальных и глобальных экологических проблем, необходимости рационального природопользования, защиты здоровья людей в условиях быстрого изменения экологического качества окружающей среды;

Содержание программы факультативного курса 8 класс

1. Введение (1 час).

Определение предмета анатомии и связи ее с другими биологическими науками. Разделы анатомии. Методы анатомического исследования, значение изучения анатомии в формировании научного мировоззрения. Роль знаний анатомии в формировании личности ученика.

2. Положение человека в природе (1 час).

Общие черты человека и позвоночных животных. Общие черты человека и приматов и их отличия. Ранние стадии развития зародыша человека. Особенности эмбриогенного человека. Организм человека как единая целостная живая система. Положение человека как биологического вида в системе животного царства. Анатомия и физиология человека - науки, изучающие внешнее и внутреннее строение, функции и процессы жизнедеятельности организма человека. Предмет анатомии и физиологии, методы и основные направления. Значение анатомии и физиологии для медицины и биологии. Краткая история анатомии и физиологии.

3. Ткани организма человека (2 часа).

Понятие о тканях. Классификация тканей. Эпителиальные, соединительные, мышечные, нервная ткань, их строение, многообразие, функции, местоположение в организме, происхождение в онтогенезе.

4. Остеология (5 часов).

Аппарат движения, его состав и значение. Пассивная часть двигательного аппарата - скелет. Строение костной ткани. Кость как орган: внешнее и внутреннее строение. Химический состав и физические свойства костей. Рост костей. Классификация костей. Непрерывные, полу прерывные и прерывные соединения костей. Строение и классификация суставов. Значение соединения костей. Обзор скелета человека: отделы, характеристика костей отделов скелета. Особенности скелета человека в связи с прямо хождением, выполнением трудовых операций, половые отличия. Осанка. Болезни скелета и их профилактика. Фило- и онтогенез позвоночного столба и грудной клетки, их особенности у человека. Соединение костей туловища. Влияние различных факторов на строение скелета. Предупреждение формирования неправильной осанки. Аномалии развития скелета туловища. Онтогенез. Особенности строения руки человека в связи с трудовой деятельностью и прямохождением. Соединение костей верхней конечности. Особенности строения у человека. Своды стопы. Предупреждение плоскостопия. Соединения костей нижней конечности. Особенности костей таза у женщин.

5. Миология (3 часа).

Активный двигательный аппарат, его значение. Поперечнополосатая скелетная мышечная ткань. Скелетная мышца как орган: строение и функции. Классификация

мышц. Основные закономерности работы мышц. Рефлекторный принцип деятельности скелетных мышц. Обзор скелетной мускулатуры человека. Мышечная деятельность как условие здорового образа жизни. Значение физических упражнений. Осанка и гигиена позвоночника, профилактика заболеваний позвоночника.

6. Общая характеристика внутренних органов (1 час).

Общая характеристика внутренних систем органов человека. Взаимодействие систем органов друг с другом.

7. Дыхательная система (1 час).

Система органов дыхания, значение дыхания. Верхние дыхательные пути: носовая полость, носоглотка, ротоглотка, гортань: строение функции. Нижние дыхательные пути: трахея, бронхи, их строение и функции. Легкие, их местоположение, внешнее строение. Внутреннее строение легких. Плевра. Механизм вдоха - выдоха. Механизмы и эффективность газообмена в легких. Легочные объемы и их определение. Регуляция дыхания. Гигиена органов дыхания.

8. Мочеполовая система (1 час).

Система органов мочевого выделения. Роль выделительных процессов для нормальной жизнедеятельности. Почки, их местоположение, внешнее строение. Жировая капсула почек. Внутреннее макро- и микроскопическое строение почек. Нефрон - структурная и функциональная структура почек. Процесс мочеобразования: фильтрационная фаза и реабсорбционная фаза. Регуляция мочеобразования. Мочевыводящие пути. Гигиена органов мочевого выделения, профилактика заболеваний.

9. Сердечно - сосудистая система (5 часов).

Сердце: местоположение, внешнее строение. Внутреннее строение сердца: полости, стенка, клапаны. Функции сердца. Околосердечная сумка, ее строение и значение. Свойства сердечной мышцы: возбудимость, проводимость, сократимость, автоматия. Проводящая система сердца. Ее значение. Работа сердца: сердечный цикл, систолический и минутный объем кровотока, тоны сердца, электрокардиограмма. Регуляция работы сердца. Кровеносные сосуды, их классификация, особенности строения и функции. Закономерности расположения сосудов. Механизмы движения крови по артериям, венам и капиллярам. Основные закономерности и показатели движения крови по сосудам: давление, пульсовая волна, линейная скорость и время полного кругооборота. Общая схема кровообращения человека: сосуды большого, малого и сердечного кругов кровообращения.

10. Артериальная система. Венозная система. Кровь. (5 часов)

Лимфатическая система: ее строение и функции. Лимфатические сосуды и лимфатические узлы. Лимфа и лимфообращение. Понятие о внутренней среде организма и о гомеостазе. Функции крови. Строение, состав свойства и объем крови. Форменные элементы крови: эритроциты, лейкоциты, тромбоциты, их количество, строение и функции. Кроветворные органы. Свертывание крови. Группы крови

человека. Иммуитет, его виды. Гигиена органов кровообращения, заболевания сердечно-сосудистой системы и их профилактика.

11.Пищеварительная система. (4 часа)

Система органов пищеварения человека, ее состав и функции. Отделы пищеварительного тракта, их строение. Ротовая полость: язык, зубы, их участие в пищеварении. Глотка, пищевод. Желудок: строение, желудочные железы, желудочный сок. Тонкий кишечник, его отделы, особенности строения стенки. Толстый кишечник: отделы, строение стенки. Пищеварение и его значение для организма. Пища, пищевые и питательные вещества. Пищеварительные ферменты и их действие. Профилактика заболеваний ротовой полости. Работы И.П. Павлова по изучению пищеварения. Процессы пищеварения в отделах пищеварительного тракта. Пищеварительные железы: печень, поджелудочная железа их строение и роль в процессах пищеварения. Регуляция пищеварения. Понятие о полноценном, сбалансированном питании и гигиена пищеварения.

12.Нервная система и органы чувств. (1 час)

Эмбриогенез нервной системы. Спинной мозг. Белое и серое вещество. Подразделение нервной системы на отделы. Нервная ткань. Строение и функции нейронов. Понятие о синапсе. Рефлекторный принцип деятельности нервной системы. Рефлекторная дуга. Классификация рефлексов. Безусловные и условные рефлексы. Правила выработки условных рефлексов. Работы И.П. Павлова. Центральная нервная система: спинной и головной мозг. Строение внешнее и внутреннее. Отделы головного мозга, их строение и функции. Большие полушария, их строение и функции. Доли больших полушарий. Кора больших полушарий, ее строение, локализация функций в коре больших полушарий. Особенности головного мозга человека.

13.Периферическая нервная система. (1 час)

Периферическая нервная система: спинномозговые и черепно-мозговые нервы. Соматическая и автономная нервная система. Строение и функции. Сравнительная характеристика симпатической и парасимпатической нервной системы. Высшая нервная деятельность человека. Первая и вторая сигнальные системы. Память, мышление, сознание.

14.Органы чувств. Сенсорные системы. (3 часа)

Роль сенсорных систем в связи организма с внешней средой. Понятие об анализаторах. Зрительный анализатор. Строение органа зрения. Зрительные рецепторы. Механизмы фоторецепции. Гигиена зрения и нарушения зрения. Слуховой анализатор. Строение органа слуха: наружное, среднее и внутреннее ухо. Строение кортиева органа и роль волосковых клеток. Механизмы звуковосприятия. Гигиена слуха. Вестибулярный анализатор. Полукружные каналы и преддверие улитки. Работа вестибулярного аппарата. Вкусовой, обонятельный и кожный анализаторы, строение и механизмы рецепции.

Примерные темы проектных работ учащихся.

1. Выбираем здоровье. Оценка состояния здоровья учащихся на основе физиологических исследований и разработка рекомендаций по его улучшению.
2. Краткая история анатомии и физиологии человека.
3. Микромир нашего организма.
4. Фотоальбом «Анатомия человека»
5. Достижения современной биологии в области анатомии и физиологии человека.
6. Новейшие изобретения в медицине.

Учебно-тематическое планирование

№	Наименование раздела программы	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Период
1	Введение	Введение. Методы изучения организма человека.	1	Методы изучения организма человека.	1 неделя
2	Положение человека в природе	Узнай себя.	1	Систематическое положение человека	2неделя
3	Ткани организма человека	Понятие о тканях.	2	Ткань. Гистология	3неделя
4		Классификация тканей.		Ткани человека. Строение, функции.	4неделя
5	Остеология	Опора и движение организма. Части костного аппарата.	3	Опорно-двигательная система	5неделя
6		Пропорции тела. Рост человека		Практическая работа № 1. Определение пропорциональности телосложения.	6неделя
7		Практическая работа № 2. Освоение навыков формирования правильной осанки, походки, посадки за партой.		Осанка.	7неделя
8	Миология	Вида мышц. Гладкие мышцы. Мышцы скелета.	3	Вида мышц. Гладкие мышцы. Мышцы скелета.	8неделя

9		Работа мышц нашего тела. Утомление и отдых.		Работа мышц нашего тела.	9неделя
10		Практическая работа № 3. Оценка степени утомления		Статическая работа	10неделя
11	Общая характеристика внутренних органов	Внутреннее строение организма человека.	1	Полости тела	11неделя
12	Дыхательная система	Дыхание. Как надо дышать. Практическая работа № 4. Определение продолжительности задержки дыхания в покое и после дозированной нагрузки. Вред курения.	1	Лаборатория физиологии	12неделя
13	Мочеполовая система	Выделительная система человека.	1	Строение мочеполовой системы	13неделя
14	Сердечно-сосудистая система	Сердце. Работоспособность сердца.	5	Работа сердца.	14неделя
15		Болезни и лечение сердца.		Болезни сердечно-сосудистой системы Лаборатория физиологии	15неделя
16		И. Мечников – рыцарь борьбы с болезнями.		Развитие иммунологии	16неделя
17		Восполнение потерь крови. Совместимость и несовместимость.		Переливание крови	17неделя
18		Кровообращение. Предистория главного открытия. Биография У. Гарвея.		Круги кровообращения	18неделя
19	Артериальная система. Венозная система. Кровь.	Кровь. Красные клетки крови. Защитные свойства крови. «Людской мор»	5	Эритроциты	19неделя
20		Движение крови в сосудах. Давление крови.		Движение крови	20неделя
21		Практическая работа № 5. Измерение артериального давления.		Лаборатория физиологии	21неделя
22		Что такое иммунитет? Великая сила иммунитета.		Иммунитет	22неделя

23		Антибиотики.		Влияние антибиотиков	23неделя
24	Пищеварительная система	Пищеварение. Измельчение пищи. Зуб – живой орган.	4	Строение зубов	24неделя
25		Печень. Поджелудочная железа.		Пищеварительные железы	25неделя
26		Гигиена питания. Практическая работа № 6. Составление суточного рациона.		Суточный рацион	26неделя
27		Витамины. Забытое открытие Н.И. Лунина.		Группы витаминов	27неделя
28	Нервная система и органы чувств	Нервная система. Строение и функции спинного мозга. Творцы науки о мозге.	3	Спинной мозг	28неделя
29		Строение и функции головного мозга.		Головной мозг	29неделя
30		Работа головного мозга		Функции головного мозга.	30неделя
31	Периферическая нервная система	Соматическая и автономная нервная система. Строение и функции.	1	Соматическая и автономная нервная система. Строение и функции.	31неделя
32	Органы чувств. Сенсорные системы.	Анализаторы. Общие свойства анализаторов.	2	Строение анализатора	32 неделя
33		Мой темперамент и характер. Практическая работа № 7. Изучение типов темперамента и характера школьников.		Типы темперамента	33неделя
34		Промежуточная аттестация	1		34неделя