


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования Красноярского края**  
**Управление образования администрации Рыбинского района**  
**МБОУ "Александровская СОШ №10"**

<b>РАССМОТРЕНО</b>	<b>СОГЛАСОВАНО</b>	<b>УТВЕРЖДЕНО</b>
Методический совет	Педагогический совет	Директор МБОУ "Александровская СОШ №10"
_____ Протокол № 1 от «29» 08 2024 г.	_____ Протокол № 1 от «29» 08 2024 г.	_____ Манузина Л.С. Приказа 01-05-157 от «30» 08 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Внеурочного курса «Практикум по анатомии»**  
для обучающихся 8 класса

**с. Александровка 2024**

## 2. Пояснительная записка.

### 2.1. Нормативные документы, обеспечивающие реализацию программы:

- ФЗ-273 РФ «Об образовании в Российской Федерации», утв. Приказом № 273 от 29.12.2012 г;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО) от 17 декабря 2010, № 1897;
- Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Александровская СОШ № 10» от 27.08.2021 №01-05-85;
- Федерального перечня учебников на 2024-2025 учебный год;
- Учебного плана школы на 2024-2025 учебный год;
- Календарного учебного графика на 2024-2025 учебный год.

### 2.2. Общая характеристика учебного предмета, курса

Программа «Практикум по анатомии» реализует здоровьесберегающее направление в рамках ФГОС ООО.

На сегодняшний день очевидны проблемы здоровья граждан России. Именно общество в лице образовательных учреждений формирует систему приоритетов и ценностей, определенный стиль жизни, так называемые социально одобряемые нормы поведения. Поэтому образовательному учреждению необходимо найти новые формы пропаганды и внедрения ценностей здорового образа жизни, культуры здоровья, выработать новую систему социально-культурных ценностей, в которой здоровье будет одним из основных личностных приоритетов.

Программа «Практикум по анатомии» в 8 классе способствует формированию основ здорового образа жизни и сочетает в себе практическую, проектную и исследовательскую деятельность. Предусмотрено ознакомление с приёмами оказания доврачебной помощи, повышающие понимание важности выполняемого дела.

Также предлагаемый курс внеурочной деятельности может поддержать и углубить знания по биологии (анатомии человека).

В программу введен не только анатомо-физиологический и морфологический материал, но и сведения по экологии человека, растений и животных, о влиянии разнообразных экологических факторов на организм человека, о зависимости процессов жизнедеятельности и здоровья людей от природных и социальных факторов окружающей среды. Практические занятия ориентируют учащихся на активное познание свойств организма человека и развитие умений по уходу за ним.

**Цель:** формирование у обучающихся бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей, развитие культуры здорового образа жизни и расширение кругозора в области медицины.

Практические задачи данной программы:

- обеспечение необходимых условий для личностного развития, повышение мотивации для укрепления своего здоровья;
- адаптация их к жизни в обществе;
- формирование общей культуры, в том числе культуры здорового образа жизни;

Учебно-воспитательные задачи следующие:

- сознание и апробация здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- развитие у учащихся причинно-следственных и межпредметных связей в ходе реализации программы;
- формирование у учащихся осознанного выбора здорового образа жизни.
- повышение мотивации к изучению предмета «Анатомия человека»
- обучение практическим навыкам оказания первой доврачебной помощи в различных опасных для жизни ситуациях.

### 3. Планируемые результаты освоения учебного предмета (курса)

Освоение программы обучающимися позволит получить следующие результаты:

#### *Личностные:*

- сформированность мотивации учеников к обучению и целенаправленной познавательной деятельности;
- способность ставить цели и строить жизненные планы;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве
- осуществлять сознательный выбор своей индивидуальной траектории учения;
- осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- развитие чувства личной ответственности за качество окружающей информационной среды.

#### *Метапредметные:*

- постановка и формулирование проблемы;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, устанавливать причинно-следственные связи
- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности;
- вступать в диалог и участвовать в коллективном обсуждении проблемы, аргументировать свою позицию;
- осуществлять информационный поиск для решения задач в учебной, справочной, научно-популярной литературе, в сети Интернет, других поисковых системах.
- обучать основам реализации проектно-исследовательской деятельности;
- самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера;

#### 4. Требования к уровню освоения дисциплины

В ходе освоения программы внеурочной деятельности " Практикум по анатомии" учащиеся приобретут знания об основных вопросах медицины, физиологии и гигиены, особенностях влияния вредных привычек на здоровье, особенностях воздействия двигательной активности на организм человека, основах рационального питания, о "полезных" и "вредных" продуктах, о значении режима питания, способах сохранения и укрепления здоровья, средствах профилактики ОРЗ, ОРВИ и др. болезней.

Учащиеся научатся определять благоприятные факторы, воздействующие на здоровье, заботиться о своем здоровье, оказывать первую медицинскую помощь.

#### 5. Описание места предмета в учебном плане, учебном курсе.

Класс	Количество учебных недель	Количество часов
8	34	34

#### 6. Содержание учебного предмета (курса):

Класс	Содержание курса	Кол-во часов
8	Введение	
	Окружающая среда и здоровье.	9
	Экстремальные факторы.	6
	Режим дня.	3
	Вредные привычки	2
	Влияние физкультуры и спорта на организм человека.	4
	Питание и здоровье.	6
	Заболевания опорно-двигательной системы.	4

## 7. Календарно-тематическое планирование

№	Планир. дата проведе ния заняти	Фактич. дата проведе ния занятия	Тема занятия	ИКТ,УУД
<b>Тема 1.Введение ( 4 часа)</b>				
1			Вводное занятие.Понятие здоровья.	
2			Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст.	
<b>Тема 2.Окружающая среда и здоровье( 9 часов)</b>				
3			Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология,	<p>систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;</p> <p>- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;</p> <p>- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;</p>
4			Биологические науки, изучающие организм человека:биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека.	
5			Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека	
6			Гипертания. Повышение и снижение атмосферного давления	
7			Практикум № 1. Составление рекомендаций метеозависимым людям.	
8			Как влияют перепады температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури. Практикум № 2. Составление рекомендаций людям, подверженных влиянию магнитных бурь.	
9			Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений.	

			Лабораторная работа №1. Какие заболевания провоцирует загрязнение воздуха	
10			Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды.	умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и
11			Минеральная вода, показания к применению. Практикум №3 «Определение ионов в минеральной воде»	
<b>Тема 3. Экстремальные факторы ( 6 часов)</b>				
12			Влияние перегрузок и невесомости на организм человека.	обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов; фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.
13			Практикум № 3 измерение пульса, артериального давления и частоты дыхания до и после физической нагрузки	
14			Электрические и магнитные поля и их влияние на человека.	
15			Круглый стол "Факторы среды и их влияние на организм человека"	
16			Радиация. Рентгеновское излучение.	
17			«Чем опасна радиация». Просмотр видеофильма	
<b>Тема 4. Режим дня ( 3 часов)</b>				
18			Режим дня.	умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и
19			Как распределить режим дня.	
20			Практикум № 4. Разработка собственного режима дня с учетом школьных занятий и подготовки Д/З.	
<b>Тема 5. Вредные привычки ( 2 часа)</b>				

21			Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение. Тематический диспут " Электронные сигареты - вредно или нет?"	
22			Наркотики и наркомания. Влияние наркотиков на организм человека в подростковом возрасте.	
<b>Тема 6. Влияние физкультуры и спорта на организм человека( 4 часа)</b>				
23			Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы.	Оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности; обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов; фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.
24			Практикум № 6. Измерение жизненного объема легких у тренированного и нетренированного человека.	
25			Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.	
26			Практикум № 7 Приемы оказания первой медицинской помощи при нарушении ОДА	
<b>Тема 7. Питание и здоровье ( 6 часов)</b>				
27			Понятие о правильном питании и режиме приема пищи.	определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности; - систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятель-
28			Практикум № 8. Составление индивидуального рациона питания.	

29			Химический состав пищи. Калорийность.	ти, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований; - оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата; - находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
30		Практикум № 9. Расчет калорийности обеда.		
31		Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.		
32		Практикум № 10. Изучение этикеток продуктов питания.		
<b>Тема 8. Заболевания опорно-двигательной системы. ( 2 часа)</b>				
33			Возрастные изменения в опорно-двигательном аппарате. Клиника и признаки заболевания артроза, радикулита, остеохондроза, сколиоза, плоскостопия. Практикум №11 Диагностика плоскостопия и сколиоза».	
34			Травмы: растяжения, вывихи, переломы и оказание первой помощи. Практикум №12 Наложение шины при переломах	