

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Курской области
Администрация Кореневского района Курской области
МКОУ «Ольговская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО

педагогическим
советом

Протокол №1
от «29» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО


заместитель директора
по УВР



Т.М.Коренева

УТВЕРЖДЕНО

директор школы



О.А.Лященко

Приказ №1-32
от «29» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

0

Курса внеурочной деятельности

«Секреты долголетия»

для обучающихся 9 класса

с.Ольговка, 2023год

I. Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Человек и здоровье» составлена с учетом интеграции основного и дополнительного образования на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта ФГОС основного общего образования утвержденным приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 №1897.

Примерной основной образовательной программы основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15).

Цель: выявление и развитие способностей каждого ребенка, формирование духовно богатой, свободной, физически здоровой, творчески мыслящей, социально активной личности, обладающей прочными знаниями, ориентированной на высокие нравственные ценности, способной впоследствии на участие в социальном и духовном развитии общества.

Практические задачи данного проекта программы можно определить следующим образом: обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья профессионального самоопределения и творческого труда детей; адаптация их к жизни в обществе; формирование общей культуры, в том числе культуры здорового образа жизни; организация содержательного досуга.

Учебно-воспитательные задачи проекта программы 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.

Участники курса: учащиеся 9 класса (программа рассчитана на 1год).

Последовательность тем учебного плана данной программы обусловлена логикой развития основных биологических понятий и способствует формированию научного мировоззрения и развитию глубокого понимания биосоциальной сущности человека в системе живого и неживого на Земле:

модуль - «Здоровье в системе человек-природа».

модуль - «Здоровье в системе человек - абиотические факторы».

модуль - «Здоровье в системе человек - биотические факторы».

модуль - «Здоровье в системе человек - антропогенные факторы»

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. Предусмотрено также усиление гуманистических и нравственных аспектов знания о человеке и отношении к человеку как личности.

I

I

Содержание «Основных блоков» курса «Биология»

Особенности строения земноводных как примитивных наземных животных. Размножение и развитие земноводных. Их многообразие и роль в природе.

Особенности строения пресмыкающихся как первых настоящих наземных позвоночных.

Многообразие пресмыкающихся, их роль в природе и практическое значение.

Особенности строения птиц как высокоорганизованных позвоночных. Особенности строения птиц, связанные с полетом. Экологические группы птиц, их роль в природе и жизни человека.

Особенности строения млекопитающих как высокоорганизованных позвоночных.

Плацентарные млекопитающие. Особенности строения и жизнедеятельности. Роль в природе и практическая значимость.

Тестирование № 4 по курсу «Зоология»

Раздел 2. «Человек и его здоровье»- 32 часа

Введение. -1ч

Введение. Общее знакомство с курсом «Человек и его здоровье». Предмет и задачи курса.

Роль физиологии в развитии науки. Связь физиологии с другими науками. Системный подход к здоровью человека.

Глава 2.2. Общий обзор организма -1ч

Система органов в организме. Уровни организации организма.

Нервная и гуморальная регуляция. Проблемы соотношения психического и соматического компонентов здоровья

Глава 2.3 «Двигатели нашего тела»- 2ч

Роль движения в нашей жизни. Арсенал наших двигательных возможностей. Химия и энергетика работающей мышцы. Что такое утомление? Сила мышц и их выносливость.

Лабораторная работа №1 «Строение и работа мышц. Анализ мышечных движений».

Глава 2.4 «Исполнители симфонии жизни»-3ч.

Кровь как внутренняя среда организма. Гуморальная и нервная регуляция функций организма.

Железы внутренней секреции.

Гормоны и их свойства.

Роль нервной системы в восприятии, переработке и передаче информации. Рефлекс как основа нервной деятельности.

Лабораторная работа №2 «Самонаблюдения. Мигательный, коленный рефлекс»,

одергивание руки при уколе, прикосновение к горячему. Выработка условных рефлексов на речевое подкрепление».

Глава 2.5 Иммуитет -2 ч

Детские инфекционные заболевания и меры борьбы с ними. История становления иммунологии как науки (Л. Пастер, Э. Дженнер, И. И. Мечников, П. Эрлих, Р. Кох) Пути решения проблемы иммунопрофилактики. Распространение инфекционных заболеваний и приоритетные направления по их сокращению. ВИЧ-инфекция: пути заражения, способы предупреждения, история открытия болезни. Строение и жизненный цикл вируса. Профилактика заболевания. Разработка вакцины.

Глава 2.6 «Поставщики энергии и пищеварительная система на страже здоровья».-4 ч

-Пищеварительная система человека, Железы и ферменты, участвующие в пищеварении
Значение питательных веществ, для организма. Особенности обмена веществ в разном возрасте.
-Рациональное питание. Режим питания.
-Опасность переедания, болезни сытости. Дистрофия и болезни голода. Лечебное голодание. Диетическое питание для больных.
-Знакомство с особенностями профессиональной деятельности врача-диетолога.

Глава 2.7 «Свет мой, зеркальце, скажи...» -5ч

Строение и функции кожи. Производные кожи.
Методы лечения организма (иглоукальвание, электрофорез, светолечение, криотерапия).
Вирусные заболевания кожи (бородавки и герпес).
Чесотка и грибковые заболевания кожи (микоз, лишай, парша). Пересадка кожи.
Роль кожи в терморегуляции организма. Обмен веществ и постоянная температура тела.
Механизм терморегуляции.
Причины повышения температуры при заболеваниях. Нарушение терморегуляции (ожоги и обморожения). Приемы наложения повязок на условно поврежденное место.
Закаливание организма и факторы среды. Формы и условия закаливания. Гигиенические требования к одежде и обуви.
Косметические средства и их рациональное использование. Знакомство с особенностями профессиональной деятельности врача-косметолога. Домашняя косметика.

Глава 2.8 «Наш долг перед будущим»-5ч

Чудесные спирали ДНК. Мужчина и женщина.
Генетические болезни человека. Наследование резус-фактора и групп крови. Генетическое определение пола. Методы изучения генетики человека. Хромосомные аномалии.
Иммуногенетика, генетические аспекты онкологии. Решение задач на моногибридное и дигибридное скрещивание. Закономерности наследования, сцепленное с полом наследование.
Лабораторная работа №4 «Определение полового хроматина (телец Барра) у человека».
Лабораторная работа №5 «Построение родословной, определение наследственных заболеваний»

Глава 2. 9 «Наука будущего».-2ч

Биотехнология, ее задачи и методы. Химический синтез генов. Ферментативный синтез генов. Перенос генов и хромосом. Искусственная пересадка ядер в яйцеклетки и

соматические клетки. Применение генной инженерии в селекции и медицине. Клонирование. Медико – генетические консультации, наследование генетических болезней

Глава 2.10 Особенности ВНД человека-3 ч

Рефлекторный характер ВНД. Классификация темперамента по Гиппократу. Классификация типов нервной системы по Павлову. Соотношение характера и темперамента. Воля — способность человека к преодолению трудностей.

«Золотые сны», от которых не просыпаются. Наркомания — это болезнь. Действие наркотиков на организм. Механизмы формирования наркотической зависимости.

Наркомания и закон. Ролевая игра-диалог журналистов и врача-нарколога.

Познавательные процессы. Речь — средство общения. Память, ее виды и значение для формирования мыслительной деятельности и поведения.

Глава 2. 11 «Старые и новые загадки мозга».-2ч

Двойное чудо сна. Отчего мы погружаемся в сон? Физиология сна. Нормы сна – наполеоновские и медицинские. Что такое литургический сон? Небывалая комбинация бывалых впечатлений. Полезны или вредны сновидения? Могут ли сны быть вещими? Что такое гипноз? Объяснение гипноза «вчера» и «сегодня». Можно ли вылечить гипнозом? Иллюзии. Причины появления иллюзий. Объяснение причин появления иллюзий.

Демонстрация кинофрагмента «Гипноз»

Глава 2.12. Поиски путей к долголетию -2ч

Почему природа не дала бессмертие? Продолжительность жизни разных живых организмов. Некоторые попытки борьбы со старением. Почему мы старимся преждевременно? Почему долголетие социальная проблема? Восемь заповедей правильного образа жизни. Секреты долголетия от тибетских монахов и долгожителей разных стран мира. Правила ЗОЖ. Здоровье человека и его болезни. Факторы, влияющие на долголетие: физические, химические, биологические. Что такое старение. Здоровая пища и живая вода. Полноценный сон и здоровье человека. Хобби – как эликсир молодости. Правила продления жизни от англичан. Тибетские монахи и их взгляды на здоровье человека. 22 секрета долголетия. Долгожители земного шара и советы 100-летних.. Способы самоомоложения.. Физиологические особенности органов чувств, их гигиена и профилактика ВНД человека, Природа памяти и эмоций. Их роль во взаимосвязи человека с окружающей средой. Развитие человеческого организма. Способы самоомоложения.. Физиологические особенности органов чувств, их гигиена и профилактика

Обобщающее занятие- 1 час

Планируемые результаты освоения курса «Секреты долголетия»

1. Снижение уровня заболеваемости детей
2. Формирование здорового образа жизни в семье.
3. Развитие экологической культуры.

Способы проверки ожидаемых результатов:

1. Конкурс для обучающихся на составление собственной программы здоровья.

2. Диагностика в виде тестов, анкет, опросников у данной категории подростков для выявления отношения их к алкоголю и других вредных привычек.
3. Исследование проявления формирующегося нравственно-волевого характера подростков; при этом выявление базовых качества личности, проявляющиеся в основных сферах отношений подростков.
4. Конкурс портфолио «Мои достижения» (проектная, исследовательская и творческая деятельность детей и подростков).
5. Защита мини – проектов «Программа моего здоровья».

Программа способствует формированию у школьников следующих видов универсальных учебных действий.

Личностные УУД:

- Самоопределение.
- Смыслообразование.
- Самооценка и личностное самосовершенствование.
- Нравственно-этическая установка на здоровый образ жизни.
- Развитие любознательности и формирование интереса к изучению природы;
- Развитие интеллектуальных и творческих способностей учащихся;
- Воспитание ответственного отношения к природе, осознания необходимости защиты окружающей среды, стремления к здоровому образу жизни;
- Развитие интеллектуальных и творческих способностей учащихся, мотивации к изучению в дальнейшем различных естественных наук.
- Развитие любознательности и формирование интереса к изучению природы;
- Развитие интеллектуальных и творческих способностей учащихся;
- Воспитание ответственного отношения к природе, осознания необходимости защиты окружающей среды, стремления к здоровому образу жизни;
- Развитие интеллектуальных и творческих способностей учащихся, мотивации к изучению в дальнейшем различных естественных наук.

Познавательные УУД:

- Делать предварительный отбор источников информации:
- Добывать новые знания, находить ответы на вопросы, используя различные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем)

Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Виды деятельности: организационно – деятельностные игры, викторины, выпуск газет, памяток, спортивные соревнования, беседы, исследования.

Учет знаний и умений для контроля и оценки результатов освоения программы внеурочной деятельности происходит путем ведения «Дневника здоровья».

Метапредметными результатами являются:

- Владение способами саморегуляции учебной деятельности: ставить цель и планировать личную учебную деятельность; проводить самооценку личных учебных достижений.

- Освоение приемами исследовательской и проектной деятельности, включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, формулирование цели учебного исследования (опыта, наблюдения), составление его плана, фиксирование результатов, использование простых измерительных приборов, формулировка выводов по результатам исследования, объяснять, доказывать и защищать свои идеи;

-Формирование приемов работы с информацией, что включает в себя умения: поиск и отбор источников информации (справочные издания на печатной основе и в виде CD, периодические издания Интернет и т. д.) в соответствии с учебной задачей или реальной жизненной ситуацией; понимание информации, представленной в различной знаковой форме – в виде таблиц, диаграмм, графиков, рисунков;

-Развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, корректное ведение диалога и участие в дискуссии, участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью, выступление перед классной аудиторией.

-Овладение способами саморегуляции учебной деятельности: ставить цель и планировать личную учебную деятельность; проводить самооценку личных учебных достижений.

- Освоение приемами исследовательской и проектной деятельности, включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, формулирование цели учебного исследования (опыта, наблюдения), составление его плана, фиксирование результатов, использование простых измерительных приборов, формулировка выводов по результатам исследования, объяснять, доказывать и защищать свои идеи;

-Формирование приемов работы с информацией, что включает в себя умения: поиск и отбор источников информации (справочные издания на печатной основе и в виде CD, периодические издания Интернет и т. д.) в соответствии с учебной задачей или реальной жизненной ситуацией; понимание информации, представленной в различной знаковой форме – в виде таблиц, диаграмм, графиков, рисунков;

- Развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, корректное ведение диалога и участие в дискуссии, участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью, выступление перед классной аудиторией.

Предметными результатами являются:

В познавательной сфере

- расширение и систематизация знаний о многообразии объектов и явлений природы; --
- формирование представлений о взаимосвязи живой и неживой природы;
- формирование элементарных исследовательских умений;
- применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни, для соблюдения норм и правил безопасного поведения в природной среде;
- объяснение роли биологии в практической деятельности человека, места и роли человека в природе, общности происхождения и эволюции растений;

В трудовой сфере

- формирование навыков ухода за комнатными растениями и растениями на пришкольном участке;

- В этической сфере

- способность приводить примеры, дополняющие научные данные образами, взятыми из произведений литературы искусства;

В сфере физической культуры

- расширение представления о здоровом образе жизни, овладение простейшими приёмами контроля своего физического состояния.

Выпускник научится

- пользоваться научными методами для распознавания биологических проблем;
- давать научное объяснение биологическим фактам, процессам, явлениям, закономерностям, их роли в жизни организмов и человека;
- проводить наблюдения за живыми объектами, собственным организмам;
- описывать биологические объекты, процессы и явления; ставить несложные биологические эксперименты и интерпретировать их результаты.

Выпускник овладеет системой биологических знаний – понятиями, закономерностями, законами, теориями, имеющими важное общеобразовательное и познавательное значение; сведениями по истории становления биологии как науки.

Выпускник освоит общие приёмы:

- оказания первой помощи;
- рациональной организации труда и отдыха;
- выращивания и размножения культурных растений и домашних животных, ухода за ними;
- проведения наблюдений за состоянием собственного организма;
- правила работы в кабинете биологии, с биологическими приборами и инструментами.

Выпускник приобретает навыки использования научно-популярной литературы по биологии, справочных материалов (на бумажных и электронных носителях), ресурсов Интернета при выполнении учебных задач.

Выпускник получит возможность научиться:

- осознанно использовать знания основных правил поведения в природе и основ здорового образа жизни в быту;
- выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих;
- ориентироваться в системе познавательных ценностей - воспринимать информацию биологического содержания в научно-популярной литературе, средствах массовой информации и Интернет-ресурсах, критически оценивать полученную информацию, анализируя её содержание и данные об источнике информации;
- создавать собственные письменные и устные сообщения о биологических явлениях и процессах на основе нескольких источников информации, сопровождать выступление презентацией, учитывая особенности аудитории сверстников;
- находить информацию о растениях, животных, грибах и бактериях в научно-популярной литературе, биологических словарях, справочниках, Интернет ресурсе, анализировать и оценивать её, переводить из одной формулы в другую;

Ожидаемый результат:

Учащиеся должны знать:

- основные систематические единицы;
- принципы современной классификации;
- отличительные особенности царств живых организмов, типов (отделов), классов; типичных представителей царств, типов (отделов), классов;
- роль живых организмов в природе и в жизни человека;
- особенности человека как объекта генетических, биологических и психологических исследований;
- значение генотипа и условий среды в формировании фенотипа
- значение мутаций в генетике, здравоохранении и экологической безопасности населения.

Учащиеся должны уметь:

- объяснять причины многообразия живых организмов;
- сравнивать представителей различных системных категорий;
- объяснять значение сохранения биологического разнообразия;
- применять законы Менделя и Моргана к генетике человека и решать генетические задачи;
- объяснять механизм наследования генетических заболеваний человека;
- составлять генеалогические древа и анализировать по ним характер наследования того или иного признака в ряду поколений;
- применять в жизни аспекты этики и психологии семейной жизни;
- распознавать психические особенности личности человека;
- самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию, применять знания в повседневной жизни.

Основными формами и методами изучения курса являются

лекции, семинары, защита рефератов, практикумы по решению генетических и психологических задач, устные сообщения учащихся с последующей дискуссией. Предусматривается парная, групповая и индивидуальная форма работы. Все эти приемы направлены на стимулирование познавательного интереса и формирование творческих умений учащихся. Таким образом, занятия кружка «Юный биолог» не только обеспечивают приобретение учащимися знаний, но и способствуют формированию целостной картины мира и пониманию своего положения в нем, пониманию роли и предназначения современного человека.

III. Тематический план «Секреты долголетия»

9 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольн е работы	Практические работы	
Раздел 1. Основы зоологии		2			
Раздел 2. Человек и его здоровье		32			
1	Введение	1			
2	Общий обзор организма	1			
3	Двигатели нашего тела	2		1	
4	Исполнители симфонии жизни	3		1	
5	Иммунитет	2		1	
6	Поставщики энергии и пищеварительная система на страже здоровья	4		2	
7	Свет мой, зеркальце, скажи	5		1	
8	Наш долг перед будущим	5		1	
9	Наука будущего	2		1	
10	Особенности ВНД человека	3		2	
11	Старые и новые загадки мозга	2			
12	Поиски путей к долголетию	2		1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	11	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения		Электронные цифровые образова тельные ресурсы
		Вс е го	Контрол ьные работ ы	Практич еские работы	По плану	По факту	
Раздел 1. «Основы зоологии»- 2 ЧАСА							
1	Царство Животные. Сходство и различия человека и животных. Животные – предки человека	1			06.09.23		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
2	Особенности строения птиц и млекопитающих как высокоорганизованных позвоночных. Плацентарные млекопитающие. Особенности строения и жизнедеятельности. Роль в природе и практическая значимость.	1			13.09.23		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
Раздел 2. Человек и его здоровье- 32 часа. ВВЕДЕНИЕ 1 ЧАС							
3	Роль физиологии в развитии науки. Связь биологии с другими науками. Системный подход к здоровью человека	1			20.09.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
Глава-3 Общий обзор организма – 1 час							
4	Система органов в организме. Уровни организации организма Нервная и гуморальная регуляция. Проблемы соотношения психического и соматического компонентов здоровья	1			27.09.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
Глава -4 «Двигатели нашего тела»-2 часа							
5	Роль движения в нашей жизни. Арсенал наших двигательных возможностей. Химия и энергетика работающей мышцы. Что такое утомление? Сила мышц и их выносливость.	1			04.10.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
6	Лабораторная работа №1 «Строение и работа мышц. Анализ мышечных движений».	1		1	11.10.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
Глава 5 «Исполнители симфонии жизни»- 3часа							

7	Кровь как внутренняя среда организма. Гуморальная и нервная регуляция функций организма	1			18.10.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
8	Железы внутренней секреции. Гормоны и их свойства. Гормональное здоровье и гормональные сбои	1			25.10.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
9	Роль нервной системы в восприятии, переработке и передаче информации. Рефлекс как основа нервной деятельности Лабораторная работа №2 «Самонаблюдения. Мигательный, коленный рефлекс, одергивание руки при уколе, прикосновение к горячему. Выработка условных рефлексов на речевое подкрепление».	1		1	08.11.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
Глава 6 «Иммунитет»- 2 часа							
10	Детские инфекционные заболевания и меры борьбы с ними. История становления иммунологии как науки (Л. Пастер, Э. Дженнер, И. И. Мечников, П. Эрлих, Р. Кох).	1			15.11.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
11	ВИЧ-инфекция: пути заражения, способы предупреждения, история открытия болезни. Строение и жизненный цикл вируса. Профилактика заболевания. Разработка вакцины.	1		1	22.11.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
Глава 7 «Поставщики энергии и пищеварительная система на страже здоровья» -4 часа							
12	Пищеварительная система человека, Железы и ферменты, участвующие в пищеварении	1			29.11.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
13	Рациональное питание. Режим питания. Лабораторная работа №3 «Составление суточного пищевого рациона».	1		1	06.12.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
14	Опасность переедания, болезни сытости. Дистрофия и болезни голода. Лечебное голодание.	1			13.12.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
15	Знакомство с особенностями профессиональной деятельности врача-диетолога.	1		1	20.12.2023		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm

	Глава 8 «Свет мой, зеркальце, скажи...»- 5 часов					
16	Строение и функции кожи. Производные кожи. Пигменты кожи и пигментация. Вирусные заболевания кожи (бородавки и герпес).	1			27.12.2023	http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
17	Методы лечения организма (иглоукалывание, электрофорез, светолечение, криотерапия).	1			10.01.2024	http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
18	Чесотка и грибковые заболевания кожи (микоз, лишай, парша). Пересадка кожи.	1			17.01.2024	http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
19	Причины повышения температуры при заболеваниях. Нарушение терморегуляции (ожоги и обморожения). Закаливание организма и факторы среды	1			24.01.2024	http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
20	Косметические средства и их рациональное использование. Знакомство с особенностями профессиональной деятельности врача-косметолога. Домашняя косметика.	1		1	31.01.2024	http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
	Глава 9 «Наш долг перед будущим»- 5 часов					
21	Чудесные спирали ДНК. Мужчина и женщина.	1			07.02.2024	http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
22	Генетические болезни человека. Наследование резус- фактора и групп крови.	1			14.02.2024	http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
23	Лабораторная работа №5 «Построение родословной, определение наследственных заболеваний»	1		1	21.02.2024	http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
24	Хромосомные аномалии. Иммуногенетика , генетические аспекты онкологии	1			28.02.2024	http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
25	Закономерности наследования, сцепленное с полом наследование.	1			06.03.2024	http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
	Глава 10 «Наука будущего» - 2 часа					
26	Биотехнология, ее задачи и методы. Химический синтез генов. Ферментативный синтез генов. Перенос генов и хромосом.	1			13.03.2024	http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm

27	Медико – генетические консультации, наследование генетических болезней	1	0	1	20.03.2024		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
Глава 11 Особенности ВНД человека- 3 часа							
28	Классификация темперамента по Гиппократу и Павлову	1			03.04.2024		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
29	Соотношение характера и темперамента. Воля — способность человека к преодолению трудностей.	1		1	10.04.2024		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
30	Память, ее виды и значение для формирования мыслительной деятельности и поведения	1		1	17.04.2024		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
Глава 12 «Старые и новые загадки мозга». 2 часа							
31	Двойное чудо сна. Отчего мы погружаемся в сон? Физиология сна. Нормы сна – наполеоновские и медицинские. Что такое литургический сон?	1			24.04.2024		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
32	Могут ли сны быть вещими? Гипноз? Объяснение гипноза «вчера» и «сегодня». Можно ли лечить гипнозом? Иллюзии. Причины появления.	1			08.05.2024		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
Глава 13 Поиски путей к долголетию»-2 часа							
33	Что такое старение- почему оно неизбежно.. Хобби – как эликсир молодости. Правила продления жизни от англичан. Тибетские монахи и их взгляды на здоровье человека	1		1	15.05.2024		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
34	Способы самоомоложения.. Физиологические особенности органов чувств, их гигиена и профилактика	1			22.05.2024		http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	11			

ЛИТЕРАТУ

1. Образовательной программа "Культура здоровья" О.Ф.Жуков, М.И.Лукьянова. Ульяновск. УлГУ. 2012 г.
2. Программа «Обучение здоровью» для 1-11 классов / под общ. Ред. Л.Ф. Шатохиной. – Москва, 2005.
3. Обучение здоровью: Методические рекомендации по организации учебного процесса / Л.Ф. Шатохина. – 2005.
4. Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространения наркомании: Наглядно-методическое пособие / С.Б. Белогуров, В.Ю. Климович.-2-е изд. стереотипич. - М.: Центр «Планетариум», 2000. - 96 с.
5. Детство без алкоголя. Профилактика детского и подросткового алкоголизма: Наглядно-методическое пособие / В.Ю. Климович. - М.: Центр «Планетариум», 2004 . - 76 с.
6. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы.- М.: АРКТИ, 2003. - 273с.
7. Настольная книга учителя физической культуры: Справ.-метод. Пособие / сост. Б.И. Мишин.- М.: «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2003. - 526 с.
8. Левушкин С.П., Жуков О.Ф., Блинков С.Н. Организация оздоровительной работы в образовательных учреждениях: Методическое пособие.- Ульяновск, 2004. - 207 с.
9. В Вайнер Э.Н. Возможности воспитания культуры здоровья в общеобразовательной школе / Э.Н. Вайнер [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm>.