

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 1 – Центр образования»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО КУРСА
«ЧЕЛОВЕК И ЗДОРОВЬЕ»

ВЫПИСКА
ИЗ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ
СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Приказ от 30.08.2024 г. № 189-од

1.1.Рабочая программа учебного курса «Человек и здоровье»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного курса по биологии «Человек и его здоровье» составлена на основе авторского курса под редакцией авторов : Л.В.Максимычева, Е.В.Алексеева, О.С.Гладышева и предназначена для учащихся 10-11-х классов .

Курс рассчитан на 68 часов в течении 2-х лет (10-11кл) общего времени, с периодичностью преподавания 1 раз в неделю.

Данный учебный курс расширяет кругозор учащихся в области изучения здоровья человека, готовит учащихся к вступлению во взрослую жизнь, помогает им адаптироваться в различных жизненных ситуациях. Раскрывает подростка как личность, учит его жить в обществе.

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. Его содержание и рекомендуемые формы и методы обучения способствуют удовлетворению познавательных интересов, повышению информационной и коммуникативной компетенции, выявлению профессиональных интересов. Программа предполагает более подробное изучение отдельных тем курса «Общая биология», таких тем как «Закономерности наследственности и изменчивости», «Генетика и здоровье человека». Программа позволяет ориентироваться на интересы учащихся и поэтому помогает решать важные учебные задачи, систематизируя, углубляя и расширяя биологические знания. Учитывая интересы учащихся, данная программа скорректирована. Так в программе 10 класса существенно расширены темы:

1. В разделе социальная медицина раскрывается понятие «физиология», показана ее взаимосвязь с другими науками. Правила соблюдения гигиены и санитарии - это основополагающие вопросы, которые волнуют наших учащихся, учитывая , что большинство учащихся из неблагополучных семей и правила гигиены им не знакомы.

2. По теме: «Инфекционные заболевания» так же есть дополнения. Добавлены темы по иммунной системе, профилактике некоторых инфекционных заболеваний, которые небыли изначально отражены в авторской программе, но представляют большой интерес у учащихся. 3.В разделе « Вредные привычки» добавлена тема по токсикомании, женскому алкоголизму и курению. Тема для них значима, актуальна и интересна. Учащиеся хотят владеть полной информацией по данной проблеме. 70% учащихся совершили преступления в состоянии алкогольного опьянения, у многих пьющие родители. Часть учащихся состоят на учете именно по данной проблеме. Поэтому данной теме уделено большое внимание.

4.В разделе « Гигиена питания» добавлены теме по пищевым добавкам,

трансгенным продуктам. Данные темы представляют интерес у учащихся, а именно в исследовательской деятельности.

5. Раздел программы по теме « Ритмические процессы жизнедеятельности» вынесен из программы. Данная тема не пользуется интересом среди учащихся.

6. Раздел « Гигиена быта» с 3-х часов скорректирован до 2-х. Особое внимание уделено изучению лекарственных растений Иркутской области.

В программе курса 11 класса в содержание курса следующие изменения:

1. Раздел « Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы» добавлены дополнительно 2 часа. Внесена тема: методы контрацепции, репродуктивное здоровье, гигиена мужчины и женщины. Темы полового воспитания очень актуальны для наших учащихся. Учащиеся не владеют информацией по данной теме или владеют информацией не в полном объеме.

2. Раздел « Деятельность мозга и психические процессы» расширена практическая часть, которая интересна учащимся. Учащиеся с удовольствием выполняют практическую часть.

3. Изменения коснулись раздела « Человек и биосфера» Количество часов сокращено с 6 ч до 4ч. Вынесена тема по мониторингу окружающей среды. Учащимся не интересна данная тема, нет возможности на практике определить в окружающей среде ПДК и т. Поэтому больше внимание уделено охране природы.

Цель курса.

- Сформировать убеждение, что выживание цивилизации, качество окружающей среды зависит от гармоничного единства личности, общества и природы.

- Умение сохранить свое здоровье как компонент общечеловеческой культуры.

- Гигиеническое воспитание и формирование здорового образа жизни в целях сохранения психического, физического и нравственного здоровья.

- Развитие у школьников мотивов бережного отношения к природе, ко всему живому как главной ценности на Земле.

- Подготовка учащихся к выбору будущей профессии.

Достижение этих целей планируется через решение следующих задач:

- Дать элементарные знания об инфекционных, иммунных и генетических заболеваниях, о нарушениях нервной системы, о закономерностях формирования личности в семье и обществе.

- Дать элементарные знания по психологии.

- Развивать умения и навыки в оказании первой медицинской помощи при травмах, аллергии, бронхиальной астме.

- Научить детей основам правильного питания.

- Развить умения использовать теоретические знания в жизни.

- Научить улучшать собственное физическое и психическое состояние.

- Сформулировать отказ в образе жизни и поведения, наносящего вред, как своему здоровью, так и здоровью окружающих.

- Сформировать нетерпимое отношение к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью людей, сознательное участие будущих граждан нашего общества в охране здоровья и формирование среды, способствующей сохранению здоровья, особенно их труда и быта.

-Формирование адекватного поведения, направленного на выздоровление в случае болезни, особенно хронической.

- Воспитание интереса к получению знаний о человеке как явлении природы.

-Развитие творческого потенциала учащегося, подготовка рефератов, сообщений, выполнение практических и исследовательских работ.

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 и индивидуальная форма работы. Все эти приемы направлены на стимулирование познавательного интереса учащихся и формирования у них творческих умений. Таким образом, изучение элективного курса «Человек и его здоровье» в 10-11 классах не только обеспечивает приобретение учащимися знаний в одной из наиболее актуальных областей современной общебиологической науки, но и способствует формированию целостной картины мира и пониманию своего положения в нем, пониманию роли и предназначения современного человека.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

10 класс

Глава I

Социальная медицина (4ч)

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.

Медицинская статистика. Демографическое состояние здоровья населения России. Гигиена. Санитария. Факторы, определяющие здоровье населения. Современное финансирование медицинских учреждений, инвалидность, льготы, донорство.

Занятия с элементами психологического тренинга « Здоровый образ жизни»

Глава II

Инфекционные заболевания (8 ч)

История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями. Причины инфекционных заболеваний. Периоды инфекционного заболевания, инкубационный период, выздоровление. Иммуитет, иммунная система. История становления иммунологии как науки (Л. Пастер, Э. Дженнер, И. И.

Мечников, П. Эрлих, Р. Кох). Пути решения проблемы иммунопрофилактики.

Инфекционные заболевания дыхательной системы: туберкулез, ОРВИ, грипп. Причины появления заболевания, меры профилактики.

Вирусы, пути проникновения в организм, заболевания вызываемые вирусом. ВИЧ-инфекция; пути заражения, способы предупреждения, история открытия болезни. Профилактика заболевания. Разработка вакцины.

Инфекционные заболевания пищеварительной системы. Бактериальные кишечные инфекции: холера, дизентерия, сальмонеллез, ботулизм.

Вирусные инфекции пищеварительной системы: гепатит А. Пищевые токсические инфекции. Глистные инвазии: аскаридоз, описторхоз. Заболевания кожи: чесотка, дерматит, грибковые заболевания. Симптомы. Причина, лечение.

Занятия с элементами психологического тренинга «Здоровый образ жизни»

Глава III

Заболевания, связанные с вредными привычками (5ч)

Понятие «вредные привычки». Основные группы вредных привычек.

Курение, мифы и реальность. Влияние курения на организм человека: анемия, нарушение зрения, заболевания сердечно-сосудистой системы, аллергия, ухудшение памяти, нарушение работы пищеварительной, половой системы, влияние на будущее потомство, психическая и физическая зависимость от никотина. Женское курение.

Алкоголь. Влияние алкоголя на физическое и психическое здоровье человека. Причины употребления алкоголя. Возможность лечения людей, страдающих алкогольной зависимостью. Алкоголь и материнство.

Наркотики. Классификация. Влияние наркотиков на организм человека. Зависимость, последствия.

Токсикомания. Подростковая токсикомания. Причины. Последствия.

Здоровый образ жизни. Факторы, сохраняющие здоровье.

Занятия с элементами психологического тренинга «Здоровый образ жизни»

Глава IV

Распространенные хронические заболевания (4ч)

Классификация хронических заболеваний по группам. Анемии. Виды анемии: железодефицитные, витаминдефицитные, белководефицитные. Лейкозы.

Хронические заболевания пищеварительной системы. Гастрит(острый, хронический), язва, дуоденит. Инфекции мочевыделительной системы: нефрит, цистит, астма, аллергия, аллергены, бронхиальная астма. Причины заболеваний, меры профилактики.

Глава V

Экстремальные ситуации:

травматизм, отравления.

Оказание первой помощи (7ч)

Виды травм. Повреждение скелета: переломы, вывихи, растяжения.
Причины травм Предупреждение травматизма. Охрана труда.

Оказание первой доврачебной помощи при травмах скелета.
Повреждение кожи, ожоги, обморожения.

Кровотечения : виды, меры оказания первой доврачебной помощи.

Виды ядохимикатов4условия безопасного применения ядохимикатов.
Меры первой помощи при отравлении ртутью, фосфорорганическими соединениями и общедовитыми веществами.

Лабораторные работы

1.Оказание первой помощи при травмах скелета (наложение шин, повязок).

2.Использование трубчатого эластичного бинта для удерживания повязки на голове.

3.Оказание первой помощи при кровотечениях (наложение повязки).

Глава VI

Гигиена питания (5ч)

Значение питательных веществ для организма. Особенности обмена веществ в подростковом возрасте. Рациональное питание Культура питания. Энергетическая ценность пищи. Нормы потребления продуктов. Диеты. Режим питания.

Витамины, их многообразие. Гиповитаминозы и их последствия для организма.

Значение минеральных солей и воды, влияние нитратов, нитритов, пестицидов и солей тяжелых металлов на организм.

Вредные пищевые добавки , их влияние на организм человека.
Трансгенные продукты.

Лабораторная работа

1.Составление суточного рациона питания.

2 Определение вредных пищевых добавок в продуктах питания по содержанию этикетки.

Глава VII

Гигиена быта (2ч)

Гигиена света; зрение. Влияние света на организм человека, подбор световой гаммы для жилых помещений. Оборудование рабочего места школьника.

Синтетические материалы, их влияние на организм человека. Использование синтетических моющих средств для уборки помещений.

Лекарственные растения, их влияние на организм. Народная медицина -нужна ли она.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА ПО БИОЛОГИИ НА УРОВНЕ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

В результате изучения элективного курса учащиеся должны приобрести новые знания и умения.

Предметные результаты обучения

Учащиеся должны знать:

- методы наук, изучающих человека;
- свои права при обращении в лечебное учреждение;
- наиболее распространенные заболевания, инфекции, их клиническая картина и профилактика;
- хронические заболевания: причины возникновения, клиническая картина;
- влияние наркотических средств: (никотин, алкоголь, наркотики, токсикомания) на все системы организма и психику человека;
- основные требования к охране труда;
- значение питательных веществ, витаминов и минеральных веществ;
- что такое рациональное питание;
- влияние отравляющих веществ на организм человека;
- о влиянии ближайшего окружения: домашних условий, социума на организм человека;
- заболевания, передающиеся половым путем;
- об организации поведения и психики человека;
- о психических процессах (восприятие, воображение, внимание, память, мышление, эмоции); свойствах личности(индивидуальность, темперамент, воля, самооценка), навыках общения и разрешения конфликтов; состоянии окружающей среды в конкретной местности; влияние окружающей среды на здоровье человека; мерах по улучшению качества окружающей среды.

Метапредметные результаты обучения

Учащиеся должны уметь:

1. оказать первую помощь при травмах;
2. приготовить и использовать элементарные антисептические средства;
- 4.составить рацион питания;
- 5.ухаживать за новорожденным;
6. решать генетические задачи о человеке;

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения конкретного учебного предмета

Личностные результаты обучения

- Воспитывать у учащихся чувство гордости за российскую биологическую науку;
- умение учащимися реализовывать теоретические познания на практике;
- понимание учащимися ценности здорового и безопасного образа жизни;
- понимание значимости обучения для повседневной жизни и осознанного выбора профессии;
- признание права каждого на собственное мнение;
- умение отстаивать свою точку зрения;
- эмоционально-положительное отношение к сверстникам;
- умение слушать и слышать другое мнение, вести дискуссию, оперировать фактами как доказательства, так и для опровержения

существующего мнения

Регулятивные УУД

1. Самостоятельно обнаруживать и формулировать проблему в классной и индивидуальной учебной деятельности.
2. Выдвигать версии решения проблемы, осознавать конечный результат, выбирать из предложенных и искать самостоятельно средства достижения цели.
3. Составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта).
4. Подбирать к каждой проблеме (задаче) адекватную ей теоретическую модель.
5. Работая по предложенному и самостоятельно составленному плану, использовать наряду с основными и дополнительные средства (справочная литература, сложные приборы, компьютер).
6. Планировать свою индивидуальную образовательную траекторию.
7. Работать по самостоятельно составленному плану, сверяясь с ним и целью деятельности, исправляя ошибки, используя самостоятельно подобранные средства (в том числе и Интернет).
8. Свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся критериев, различая результат и способы действий.
9. В ходе представления проекта давать оценку его результатам.
10. Самостоятельно осознавать причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха.
11. Уметь оценить степень успешности своей индивидуальной образовательной деятельности.
12. Давать оценку своим личностным качествам и чертам характера («каков я»), определять направления своего развития («каким я хочу стать», «что мне для этого надо сделать»).

Познавательные УУД

1. Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать понятия.
2. Давать определение понятиям на основе изученного на различных предметах учебного материала;
3. Осуществлять логическую операцию установления родо-видовых отношений;
4. Обобщать понятия – осуществлять логическую операцию перехода от понятия с меньшим объемом к понятию с большим объемом.
5. Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
6. Создавать модели с выделением существенных характеристик объекта, преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область.
7. Представлять информацию в виде конспектов, таблиц, схем, графиков.
8. Преобразовывать информацию из одного вида в другой и выбирать удобную для себя форму фиксации и представления информации.

Представлять информацию в оптимальной форме в зависимости от адресата.

9. Понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории. Для этого самостоятельно использовать различные виды чтения (изучающее, просмотровое, ознакомительное, поисковое), приемы слушания.

10. Самому создавать источники информации разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

11. Уметь использовать компьютерные и коммуникационные технологии как инструмент для достижения своих целей. Уметь выбирать адекватные задаче инструментальные программно-аппаратные средства и сервисы.

Коммуникативные УУД

1. Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками: определение цели, функций участников, способов взаимодействия.

2. Постановка вопросов: инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;

3. Разрешение конфликтов: выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация.

4. Управление поведением партнёра: контроль, коррекция, оценка действий партнёра.

5. Умение с достаточно полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 класс

№	Тема	Количество часов по программе	Лабораторные работы
1	Социальная медицина	4	
2	Инфекционные заболевания	8	
3	Заболевания, связанные с вредными привычками	5	
4	Распространенные хронические заболевания	4	
5	Экстремальные ситуации: травматизм, отравления. Оказание первой помощи	7	3
6	Гигиена питания	4	6
7	Гигиена быта	2	
		34	

11 класс

№	Тема	Количество часов по программе	
1	Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы	12	
2	Организация поведения и психики	3	
3	Деятельность мозга и психические процессы	9	
4	Личность и ее свойства	4	

5	Человек в обществе	2	
6	Человек и биосфера	4	
		34	