МОУ Гамовская средняя общеобразовательная школа

**Поспелова Наталья Яковлевна,**

**учитель биологии**

**Программа "** **Здоровье и окружающая среда "**

**Курс по выбору учащихся 9 классов**

*Пояснительная записка*

В настоящее время состояние здоровья школьников постепенно ухудшается. Будущее нашей страны за молодым поколением, которое должно обладать крепким здоровьем, чтобы занять достойное место на рынке труда. Истина гласит, что только здоровый человек с хорошим самочувствием, оптимизмом, психологической устойчивостью, высокой умственной и физической работоспособностью способен активно жить, успешно преодолевать профессиональные и физические трудности.

 Как отмечают ученые: « Мудрость, зрелость и прогресс общества во многом определяются уровнем интеллектуального и нравственного потенциала». Поэтому очень важно видеть своё единство с окружающим миром и теми запасами знаний, которые имеются. Подлинная красота человеческого тела - это физическое совершенство, интеллект, здоровье. Здоровье человека – это, прежде всего, процесс сохранения и развития его психических и физиологических качеств, оптимальной работоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни.

 Если учесть, что функциональные возможности организма человека и его устойчивость к неблагоприятным факторам среды в течение всей жизни изменяются, то можно говорить о состоянии здоровья, как о динамичном процессе, который также улучшается или ухудшается, т.е. об ослаблении или укреплении здоровья в зависимости от возраста, пола, профессиональной деятельности, среды обитания.

 «Народ здоров, если здорово общество» - так по выражению академика Н.А. Амосова, подчеркивается важность главного для созидания – здоровья человека.

 Этот факультатив соединяет в себе элементы знаний по биологии, психологии, экологии, так как именно изучение основ физиологии, особенностей и правил коммуникативного общения, путей сохранения здоровья, экологической грамотности крайне необходимы современным молодым людям.

Цель- формирование у обучающихся ответственного, экологически грамотного поведения в природе и обществе как социально и личностно значимого компонента образованности человека, осознания неразрывной связи человека с природой, овладение знаниями о здоровье.

Задачи:

 1.Стимулирвать познавательный интерес учащихся.

 2.Объединенить научные знания с житейскими, практическими.

 3.Развить коммуникативные умения и навыки (сбор информации, ведения дискуссий, а также презентация достигнутых результатов работы).

 4.Оказать помощь подростку в определении интересующих его проблем.

Программа факультатива предусматривает 8 учебных занятий.

*Календарно-тематическое планирование*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Форма | Контроль |
| 1 | Если хочешь быть - будь здоров | Лекция, анкета |  |
| 2 | Наследственные болезни. | Семинар | Сообщения |
| 3 | Биологические ритмы. Погода. Самочувствие. | Практикум |  |
| 4 | Среда – источник заболеваний. | Семинар | Сообщения |
| 5 | Простейшие способы очистки воды | Практикум |  |
| 6 | Культура питания. Культура движения. | лекция |  |
| 7 | Вредные привычки. | Семинар | Сообщения |
| 8 | Вредные привычки. | Семинар | Сообщения |

*Результаты*

1.Знание основных аспектов здорового образа жизни.

2.Знание особенностей гормонального развития и его влияния на поведение человека.

3.Знание признаков стрессового состояния организма и меры по его преодолению.

4.Знание характеристики среды жизни современного человека как биосоциального вида.

5.Знание психологических основ общения со сверстниками.

*Критерии и показатели эффективности*

1.Соблюдение учащимися правил гигиены.

2. Осознанное обоснование пагубного влияния вредных привычек на организм (устный зачет по вопросам части С экзамена ОГЭ).

*Список источников информации*

Литература

1. Поддубная Л.Б. Элективный курс «Секретные материалы о твоем здоровье».Волгоград 2005г.
2. Генкова Л.Л., Славков Н.Б. «Почему это опасно», М. Просвещение 1989
3. Демьяненко Е.Н. «Биология мир человека», М. Владос 2004
4. Зверев И.Д. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека, М Просвещение 1978
5. Хрипкова А.Г. «Гигиена и здоровье» М. Просвещение 1983
6. Юдин Г. «Главное чудо света» М. Педагогока-Пресс 1992

Электронные диски

1. Анатомия, физиология и гигиена человека.
2. Фильм «Курите на здоровье».
3. Фильм «Профилактика гриппа».
4. Фильм «Иммунный барьер».

Темы для сообщений

1. Синдром Дауна.
2. Дальтонизм.
3. Гемофилия.
4. Отравление грибами.
5. Что такое ботулизм.
6. Ядовитые растения.
7. Сальмонеллы.
8. Заболевания стафилококков.
9. СПИД – коварная болезнь.
10. Влияние алкоголя на организм.
11. Влияние никотина на организм.
12. Наркотики – это яд!