

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Калужской области**

**Управление образования города Калуги**

**МБОУ «Лицей № 36» города Калуги**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель  
методического совета

Кисель Н.В.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по ВВР

Зенина И.К.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор лицея

Дьячук И.Б.

Приказ № 274/01-10  
от «30» августа 2023 г.

Приложение №3 к ООП ООО

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного курса внеурочной деятельности**

**«Проектно-исследовательская деятельность. Биология»**

для обучающихся 9-х классов

Город Калуга

2023 год

## **1. Содержание курса внеурочной деятельности.**

В содержание курса включены эколого-валеологической компоненты, раскрывающие зависимость состояния здоровья человека от его образа жизни и качества окружающей среды, невозможности полноценной жизнедеятельности организма человека при низком уровне здоровья. Кроме того, в содержание курса включены практические работы, направленные на формирование у учащихся умений, необходимых для построения здорового образа жизни с учётом индивидуальных особенностей организма. Принцип интеграции реализуется в курсе путём рассмотрения понятий различных научных областей. К таким междисциплинарным понятиям можно отнести системообразующие понятия валеологии и экологии человека: окружающая среда, здоровье, здоровый образ жизни. Ориентация на принцип целостности объясняется тем, что важной задачей курса является формирование у учащихся целостного представления о функционировании организма человека как сложной биологической системы. Учащиеся должны осознать, что организм человека – целостность, в которой все элементы (органы, системы органов) настолько тесно связаны друг с другом, что выступают по отношению к окружающей среде как нечто единое. И в то же время учащиеся должны понять, что организм человека неразрывно связан с окружающей средой. В связи с этим, выбор содержания и структура курса определяются идеями взаимосвязи и взаимозависимости функционирования всех систем органов, зависимости функционального состояния организма от качества среды жизни и образа жизни.

Для того чтобы полученные при изучении курса знания и сформированные умения обеспечивали выбор мотивов поведения, направленных на сохранение и укрепление здоровья, необходимо сформировать ценностное отношение к здоровью. Для этого содержание курса должно быть для учащихся лично-значимым, обучение строится таким образом, чтобы учебная деятельность подростков обеспечивала удовлетворение их потребности в самопознании и самосовершенствовании. Потребность в самопознании обеспечивается вовлечением учащихся в интеллектуальную и практическую деятельность.

### **Деятельность учителя с учётом программы воспитания.**

- Строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половозрастных и индивидуальных особенностей
- Общаться с детьми, признавать их достоинство, понимая и принимая их
- Создавать в учебных группах (классе, кружке, секции и т.п.) разновозрастные детско-взрослые общности обучающихся, их родителей (законных представителей) и педагогических работников
- Управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность
- Анализировать реальное состояние дел в учебной группе, поддерживать в детском коллективе деловую, дружелюбную атмосферу
- Защищать достоинство и интересы обучающихся, помогать детям, оказавшимся в конфликтной ситуации и/или неблагоприятных условиях
- Находить ценностный аспект учебного знания и информации обеспечивать его понимание и переживание обучающимися
- Владеть методами организации экскурсий, походов и экспедиций и т.п.
- Сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач
- Создание условий для развития и реализации интереса обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и самообразованию на основе рефлексии деятельности

и личностного самопознания; самоорганизации

жизнедеятельности;

-Формирования позитивной самооценки, самоуважению;

поиска социально приемлемых способов деятельностной реализации

личностного потенциала;

- Стимулирование интереса обучающихся к творческой и интеллектуальной деятельности, формирование у них целостного мировоззрения на основе научного, эстетического и практического познания устройства мира;

## 2. Планируемые результаты освоения курса:

### УУД личностные:

- 1) сформированность ответственного отношения к учению, готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- 2) осознание основных принципов и правил отношения к живой природе,
- 3) сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение живой природы; интеллектуальных умений (доказывать, строить рассуждения, анализировать, делать выводы); эстетического отношения к живым объектам;
- 4) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных, экологических и экономических особенностей;

### Основные метапредметные результаты освоения курса

Класс	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД
9	1. умение самостоятельно определять цели своего обучения, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; 2. умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; 3. владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной	1. 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; 2. умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;	1. умение осознанно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения; 2. умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение; 3. формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ-компетенции).

	деятельности; <b>4.</b> способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению своему здоровью и здоровью окружающих; <b>5.</b>		
--	---	--	--

### **Основные предметные результаты обучения:**

1. Учащиеся должны освоить знания о факторах, определяющих здоровье; факторах, способствующих сохранению и укреплению здоровья; основных факторах риска здоровья, принципов регулятивно-оздоровительных действий (релаксации, самовнушения, изменение режима дня, режима и рациона питания, закаливания).

2. Учащиеся должны осознавать/понимать:

- значение основных процессов жизнедеятельности организма в сохранении относительного постоянства показателей внутренней среды;
- значение внутренней среды в жизнедеятельности организма, обеспечении целостности организма человека и взаимосвязи всех систем органов;
- значение защитно-приспособительных реакций организма (иммунитета, повышения температуры тела, изменение интенсивности обмена веществ, ЧСС, частоты и глубины дыхания) для сохранения здоровья человека;
- влияние биологических (наследственности, состояния внутренней среды, психического состояния), экологических (состояния внешней среды), социальных факторов (качества жизни, образа жизни) на здоровье человека;
- взаимосвязь компонентов здоровья; важности здорового образа жизни для сохранения и укрепления здоровья;
- научных основ здорового образа жизни, принципов и механизмов влияния его компонентов (тренировок, закаливания, рационального питания, режима дня);
- механизма негативного влияния курения, употребления спиртных напитков и наркотиков, гиподинамии, неправильного питания, переутомления, психоэмоционального напряжения и стрессов, а также загрязнения окружающей среды на функционирование органов, систем органов, целого организма;
- особенностей биологической и социальной приспособленности человека к факторам окружающей среды.

3. Учащиеся должны уметь:

- устанавливать взаимосвязь между компонентами здоровья;
- объяснять единство и устанавливать связи между системами человек – общество – природа;
- анализировать и оценивать влияние своих поступков на состояние окружающей среды и здоровье других людей;
- проводить самонаблюдение за функциональным состоянием своего организма;
- осуществлять самооценку и самоконтроль состояния здоровья и функционального состояния органов, систем органов, организма;
- составлять индивидуальный способ поведения, направленный на сохранение и укрепление здоровья;
- владеть приёмами оздоровительных действий.

**Формами организации деятельности** является: система консультационной поддержки, индивидуальных занятий, самостоятельная работа учащихся с использованием современных информационных технологий, практические работы, работа с тестами и др.

### **3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

**9 КЛАСС** (1 ч в неделю на протяжении учебного года, всего 33 часа)

№ занятия	Темы занятий	Количество часов
1	Проблема здоровья в современном мире. Культура здоровья Факторы, определяющие здоровье человека. Особенности среды жизни человека	1
2	Образ жизни и здоровье. Режим дня.	1
3	Резервные возможности организма человека. <b>Практ. Раб №1</b> «Самооценка текущего состояния здоровья»	1
4	Систематическое положение человека	1.
5	Историческое прошлое людей	1.
6	Расы человека	1
7	Обобщающий урок по разделу.	1
8	Организма как система, его компоненты. Целостность организма человека.	1
9	Клеточное строение организма. Факторы риска на клеточном уровне. Факторы, увеличивающие функциональные возможности на клеточном уровне.	1
10	Ткани. Факторы риска на тканевом уровнях. Факторы, увеличивающие функциональные возможности на тканевом уровнях.	1
11	Обобщение и систематизация. Выполнение тренировочных заданий.	1
12	Нервный и гуморальный механизмы регуляции функций в организме	1
13	Нервная система и её значение для организма	1
14	Внутренняя среда организма – основа целостности.	1
15	Иммунитет как показатель здоровья.	1
16	Причины снижения иммунитета современного человека. Иммунодефицит. Иммунология.	1

17	Обобщение и систематизация материала по темам «Внутренняя среда организма. Иммуитет».	1
18	Значение системы опоры и движения в жизнедеятельности организма человека. Особенности строения скелета человека.	1.
19	Мышечная система человека	1
20	Тренировка опорно-двигательной системы. Выполнение тренировочных заданий.	1
21	Сердечно-сосудистая система человека. Значение кровеносной системы в обеспечении жизнедеятельности организма человека. Заболевания ССС.	1.
22	Тренировка сердца и сосудов.	1
23	Дыхательная система. Значение органов дыхания в обеспечении жизнедеятельности организма человека.	1
24	Заболевания дыхательной системы.	1
23	Тренировка дыхательной системы. Увеличение резервных возможностей дыхательной системы.	1
26	Обобщение и систематизация. Выполнение тренировочных заданий	1
25	Роль пищеварительной системы в организме человека.	1
27	Особенности питания современного человека (снижение качества питания).	1
28	Обмен веществ. Основы рационального питания.	1.
29	<b>Практ. Раб.№2</b> «Расчёт собственных суточных энергозатрат, энергетической и питательной ценности своего рациона»	1
30	Значение выделительной системы в жизнедеятельности организма человека.	1.
31	Значение кожи в организме человек.	1.
32	Размножение и развитие организма человека	1
33	Роль эндокринной системы в регуляции жизнедеятельности и сохранении здоровья человека	1
	ИТОГО	33ч