

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Удмуртской Республики
Муниципальное образование "Муниципальный округ Вавожский район
Удмуртской Республики"
МОУ Новобиинская СОШ

РАССМОТРЕНО
Заседание педагогического
совета
Протокол № 9
от 29 августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР
 Гущина Е.В.
от 29 августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
 Морозова Е.В.
Приказ № 240 - ОД
от 29 августа 2023 г.



Рабочая программа
курса по внеурочной деятельности
«За страницами учебника биологии»
9 класс
(обще-интеллектуальное направление)

Составитель: учитель биологии
Ложкина Нэлли Илларионовна

д.Новая Бия, 2023 г

Пояснительная записка.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности обще-интеллектуального направления «За страницами учебника биологии» для 9 класса общеобразовательной школы составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы, представленных в ФГОС ООО, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленных в федеральной рабочей программе воспитания.

При реализации данной программы возможно применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Воспитательный компонент рабочей программы реализуется посредством модуля «Школьный урок» рабочей программы воспитания.

Формы организации: экскурсия, практическая работа, лекция, беседа, видеоэкскурсия.

Виды деятельности: познавательная, проектная

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты освоения программы по биологии основного общего образования должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

1) гражданского воспитания:

готовность к конструктивной совместной деятельности при выполнении исследований и проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи;

2) патриотического воспитания:

отношение к биологии как к важной составляющей культуры, гордость за вклад российских и советских учёных в развитие мировой биологической науки;

3) духовно-нравственного воспитания:

готовность оценивать поведение и поступки с позиции нравственных норм и норм экологической культуры;

понимание значимости нравственного аспекта деятельности человека в медицине и биологии;

4) эстетического воспитания:

понимание роли биологии в формировании эстетической культуры личности;

5) физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил и норм, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;

соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в природной среде;

сформированность навыка рефлексии, управление собственным эмоциональным состоянием;

6) трудового воспитания:

активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, населенного пункта, края) биологической и экологической направленности, интерес к практическому изучению профессий, связанных с биологией;

7) экологического воспитания:

ориентация на применение биологических знаний при решении задач в области окружающей среды;

осознание экологических проблем и путей их решения;

готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

8) ценности научного познания:

ориентация на современную систему научных представлений об основных биологических закономерностях, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

понимание роли биологической науки в формировании научного мировоззрения;

развитие научной любознательности, интереса к биологической науке, навыков исследовательской деятельности;

9) адаптации обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

адекватная оценка изменяющихся условий;

принятие решения (индивидуальное, в группе) в изменяющихся условиях на основании анализа биологической информации;

планирование действий в новой ситуации на основании знаний биологических закономерностей.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты освоения программы по биологии основного общего образования, должны отражать овладение следующими универсальными учебными действиями:

Познавательные универсальные учебные действия

1) базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки биологических объектов (явлений);

устанавливать существенный признак классификации биологических объектов (явлений, процессов), основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

с учётом предложенной биологической задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах и наблюдениях, предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

выявлять причинно-следственные связи при изучении биологических явлений и процессов, делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной биологической задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбрать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

2) базовые исследовательские действия:

использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;

формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, и самостоятельно устанавливать искомое и данное;

формировать гипотезу об истинности собственных суждений, аргументировать свою позицию, мнение;

проводить по самостоятельно составленному плану наблюдение, несложный биологический эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей биологического объекта (процесса) изучения, причинно-следственных связей и зависимостей биологических объектов между собой;

оценивать на применимость и достоверность информацию, полученную в ходе наблюдения и эксперимента;

самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого наблюдения, эксперимента, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие биологических процессов и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

3) работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе биологической информации или данных из источников с учётом предложенной учебной биологической задачи;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать биологическую информацию различных видов и форм представления;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

оценивать надёжность биологической информации по критериям, предложенным учителем или сформулированным самостоятельно;

запоминать и систематизировать биологическую информацию.

Коммуникативные универсальные учебные действия

1) общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в процессе выполнения практических и лабораторных работ;

выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;

понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;

в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой биологической темы и высказывать идеи, нацеленные на решение биологической задачи и поддержание благожелательности общения;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

публично представлять результаты выполненного биологического опыта (эксперимента, исследования, проекта);

самостоятельно выбирать формат выступления с учётом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов.

2) совместная деятельность:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной биологической проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной учебной задачи;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы, уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учётом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и иные);

выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия, сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой;

овладеть системой универсальных коммуникативных действий, которая обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация:

выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях, используя биологические знания;

ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной биологической задачи с учётом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учётом получения новых биологических знаний об изучаемом биологическом объекте;

делать выбор и брать ответственность за решение.

Самоконтроль, эмоциональный интеллект:

владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;

давать оценку ситуации и предлагать план её изменения;

учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной биологической задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;

оценивать соответствие результата цели и условиям;

различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
выявлять и анализировать причины эмоций;
ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;
регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других

осознанно относиться к другому человеку, его мнению;
признавать своё право на ошибку и такое же право другого;
открытость себе и другим;
осознавать невозможность контролировать всё вокруг;
овладеть системой универсальных учебных регулятивных действий, которая обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности), и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты освоения программы по биологии к концу обучения **в 9 классе:**

характеризовать науки о человеке (антропологию, анатомию, физиологию, медицину, гигиену, экологию человека, психологию) и их связи с другими науками и техникой;

объяснять положение человека в системе органического мира, его происхождение, отличия человека от животных, приспособленность к различным экологическим факторам (человеческие расы и адаптивные типы людей), родство человеческих рас;

приводить примеры вклада российских (в том числе И. М. Сеченов, И. П. Павлов, И. И. Мечников, А. А. Ухтомский, П. К. Анохин) и зарубежных (в том числе У. Гарвей, К. Бернар, Л. Пастер, Ч. Дарвин) учёных в развитие представлений о происхождении, строении, жизнедеятельности, поведении, экологии человека;

применять биологические термины и понятия (в том числе: цитология, гистология, анатомия человека, физиология человека, гигиена, антропология, экология человека, клетка, ткань, орган, система органов, питание, дыхание, кровообращение, обмен веществ и превращение энергии, движение, выделение, рост, развитие, поведение, размножение, раздражимость, регуляция, гомеостаз, внутренняя среда, иммунитет) в соответствии с поставленной задачей и в контексте;

проводить описание по внешнему виду (изображению), схемам общих признаков организма человека, уровней его организации: клетки, ткани, органы, системы органов, организм;

сравнивать клетки разных тканей, групп тканей, органы, системы органов человека; процессы жизнедеятельности организма человека, делать выводы на основе сравнения;

различать биологически активные вещества (витамины, ферменты, гормоны), выявлять их роль в процессе обмена веществ и превращения энергии;

характеризовать биологические процессы: обмен веществ и превращение энергии, питание, дыхание, выделение, транспорт веществ, движение, рост, регуляция функций, иммунитет, поведение, развитие, размножение человека;

выявлять причинно-следственные связи между строением клеток, органов, систем органов организма человека и их функциями, между строением, жизнедеятельностью и средой обитания человека;

применять биологические модели для выявления особенностей строения и функционирования органов и систем органов человека;

объяснять нейрогуморальную регуляцию процессов жизнедеятельности организма человека;

характеризовать и сравнивать безусловные и условные рефлексы, наследственные и ненаследственные программы поведения, особенности высшей нервной деятельности

Содержание курса внеурочной деятельности

Введение.

Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст. Биологические науки, изучающие организм человека: валеология, геронтология, биометеорология, анатомия, физиология, гигиена и психология человека.

Окружающая среда и здоровье.

Почему смена погоды влияет на состояние здоровья человека. Повышение и снижение атмосферного давления. Как влияют перепады температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури. Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений. Вода и здоровье. Основные источники загрязнения воды. Минеральная вода, показания к применению.

Экстремальные факторы.

Влияние перегрузок и невесомости на организм человека. Электрические и магнитные поля и их влияние на человека. Радиация, ее виды, рентгеновское излучение.

Режим дня.

Режим дня. Биологические ритмы. Роль сна на здоровье человека. Сколько должен спать человек. Нарушение сна.

Вредные привычки

Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение. Электронные сигареты - вредно или нет.

Влияние физкультуры и спорта на организм человека.

Значение физической активности в современном обществе. Укрепление и развитие опорно-двигательного аппарата и нервной системы. Влияние физической активности на укрепление дыхательной и кровеносной системы. Повышение иммунитета и качественные изменения в составе крови.

Питание и здоровье.

Понятие о правильном питании и режиме приема пищи. Химический состав пищи. Калорийность. Сбалансированное питание – залог здоровья. Роль витаминов в обмене веществ.

Бактерии, вирусы и человек.

Инфекционные заболевания человека, вызываемые бактериями и вирусами. Меры профилактики этих заболеваний. Антибиотики, их влияние на здоровье человека.

Уход за кожей.

Изменения, происходящие с кожей у подростков, правила ухода за кожей, волосами, ногтями, правильное применение масок, подростковой косметики.

Тематическое планирование.

№п/п	Название разделов и тем	Кол-во часов	Примечание
	Введение (1ч)		
1	Понятие здоровья. Продолжительность жизни людей. Календарный и биологический возраст.	1	Просмотр видеофильма
	Окружающая среда и здоровье. (4ч)		

2	Влияние погоды на состояние здоровья человека.	1	Практикум № 1. Составление рекомендаций метеозависимым людям.
3	Как влияют перепады температуры на состояние здоровья человека. Магнитные бури.	1	Практикум № 2. Составление рекомендаций людям, подверженных влиянию магнитных бурь.
4	Проблема загрязнения воздуха. Воздух жилых помещений.	1	Лабораторная работа №1. Какие заболевания провоцирует загрязнение воздуха
5	Вода и здоровье. Минеральная вода.	1	.
	Экстремальные факторы. (2ч)		
6	Влияние экстремальных факторов на человека.	1	Просмотр видеофильма «Человек в космосе»
7	Радиация. Рентгеновское излучение.	1	Промежуточная аттестация
	Режим дня. (2ч)		
8	Режим дня. Биологические ритмы.	1	Практикум № 3. Разработка собственного режима дня с учетом школьных занятий и подготовки Д/З.
9	Роль сна на здоровье человека.	1	
	Вредные привычки (1ч)		
10	Влияние алкоголя и никотина на организм человека и последствия. Алкоголизм. Табакокурение.	1	Просмотр видеофильма «Вредные привычки как разрушители здоровья»
	Влияние физкультуры и спорта на организм человека. (1ч)		
11	Значение физической активности для укрепления здоровья.	1	

	Питание и здоровье. (2ч.)		
12	Понятие о правильном питании		Практикум № 4 Составление индивидуального рациона питания.
13	Химический состав пищи. Калорийность.		Практикум № 5 Расчет калорийности обеда.
	Бактерии, вирусы и человека. (2ч)		
14	Общие сведения об инфекциях.	1	
15	Антибиотики, их влияние на организм человека.	1	
	Уход за кожей (2ч.)		
16	Как избавиться от веснушек, бородавок и угрей. Различные виды масок.	1	Итоговая аттестация.
17	Какой должна быть подростковая косметика. Уход за ногтями и волосами.	1	Практикум №6 Определение типа кожи и подбор крема по уходу за кожей лица.
	Итого	17	

Тестовая работа для промежуточной аттестации.

1. Экология человека - это
 - 1) научное направление, изучающее взаимодействие людей с окружающей их средой;
 - 2) научное направление, изучающее взаимодействие между людьми;
 - 3) научное направление, изучающее взаимодействие людей с живыми организмами.
2. Экологические факторы это
 - 1) факторы живой природы;
 - 2) условия среды, воздействующие на человека;
 - 3) условия среды, воздействующие на организмы;
3. Свет, вода, состав почвы температура, воздух относятся к
 - 1) биотическим факторам;
 - 2) абиотическим факторам;
 - 3) антропогенным факторам.
4. Здоровье –это
 - 1) отсутствие болезней и физических недостатков;
 - 2) состояние полного физического, психического и социального благополучия.
 - 3) состояние полного физического здоровья.
5. К условиям, способствующим укреплению здоровья относятся;
 - 1) режим дня, правильное питание, табакокурение, двигательная активность;
 - 2) общение с природой, режим дня, правильное питание, двигательная активность;
 - 3) режим дня, правильное питание, двигательная активность, наркомания.

6. К вредным привычкам не относятся

- 1) употребление наркотиков;
- 2) употребление алкоголя;
- 3) занятия спортом;
- 4) табакокурение.

7. Что не способствует сохранению здоровья

- 1) гиподинамия;
- 2) двигательная активность;
- 3) соблюдение режима дня.

8. Признаками горной болезни являются:

- 1) одышка, побледнение кожи, головокружение, слабость, тошнота, рвота, потеря сознания;
- 2) , усиление двигательной активности;
- 3) учащение пульса, покраснение кожи, высокая температура, кашель.

9. К правильному дыханию относится:

- 1) ротовое дыхание;
- 2) ротовое и носовое дыхание;
- 3) носовое дыхание.

10. К закаливающим процедурам не относятся:

- 1) водные процедуры;
- 2) воздушные и солнечные ванны;
- 3) еда

Тестовая работа для итоговой аттестации.

1. Развитию сердечно-сосудистой системы способствует:

- 1) мышечные нагрузки;
- 2) употребление повышенного количества соли;
- 3) психоэмоциональный стресс.

2. Профилактике заболеваний сердца способствует;

- 1) ходьба, увеличение в питании солёной и жирной пищи, умение справляться со стрессами;
- 2) умение справляться со стрессами, нормальная масса тела, гиподинамия;
- 3) ходьба, увеличение в питании рыбы, чеснока, овощей фруктов, овсянки, нормальная масса тела;

3. Гипертония это

- 1) пониженное артериальное давление;
- 2) повышенное артериальное давление;
- 3) извращенная реакция организма на антигены.

4. Заражение ВИЧ происходит через:

- 1) кровь;
- 2) предметы быта;
- 3) окружающую среду.

5. К основным компонентам пищи не относится:

- 1) белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные соли, вода;
- 2) нитраты, простейшие, вирусы, соли тяжелых металлов;
- 3) вода, белки, жиры, углеводы.

6. Продукты, содержащие наибольшее количество белка:

- 1) масло, хлеб, виноград, сметана, морковь, капуста, гречневая крупа;

- 2) рыба, сыр, кефир, мясо, творог, соя, орехи, яйца;
 - 3) колбаса, сметана, орехи, молоко, рыбий жир, творог.
7. Продукты с наибольшим содержанием углеводов:
- 1) хлеб, виноград, морковь, капуста, гречневая крупа, груша, картофель;
 - 2) рыба, сыр, кефир, мясо, творог, горох, соя, орехи, яйца;
 - 3) колбаса, сметана, орехи, молоко, рыбий жир.
8. Продукты с наибольшим содержанием жиров:
- 1) хлеб, виноград, морковь, капуста, гречневая крупа, груша, картофель;
 - 2) колбаса, сметана, орехи, молоко, рыбий жир, масло;
 - 3) рыба, сыр, кефир, мясо, творог, горох, соя, орехи, яйца.
9. Под рациональным питанием понимают:
- 1) регулярность приёма пищи;
 - 2) распределение приёма пищи в течение дня;
 - 3) соответствие количества потребляемой пищи энергетическим затратам организма.

10. Выберите вариант правильного ответа.

Закончите предложение

Кожа выполняет функции _____

Положительное влияние ультрафиолетовых лучей на кожу _____

Правила пребывания на солнце _____

При переходе к закаливанию необходимо учитывать : _____

- 1- защитную, секреторную, выделительную, чувствительную;
- 2- Образуется витамин С; усиливается обмен веществ, уничтожают микроорганизмы;
- 3-Загарать с 9 до 11 часов, начинать с 5 мин увеличивая ежедневно пребывание на 5-10 мин, перед загоранием поесть;
- 4- состояние здоровья, возраст, тип нервной системы, развитие жировой клетчатки(массу тела);

Критерии оценивания тестовых работ:

«зачет» - если обучающийся выполнил не менее 50% заданий;

«незачет» – если обучающийся выполнил менее 50% заданий.