

Управление образования администрации Беловского муниципального округа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Бачатская основная общеобразовательная школа»

Принята на заседании
Педагогического совета
от «30» августа 2023г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБОУ «Бачатская ООШ»
_____ О.М.Попова
Приказ №64
от «02» сентября 2023 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«Здоровье»»

Возраст учащихся: 12-15 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель:
Рыжова Надежда Ивановна,
учитель биологии

Беловский муниципальный округ
2023

Содержание

Раздел №1 Комплекс основных характеристик дополнительной программы...	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	7
1.3. Содержание программы	8
1.4. Ожидаемые результаты	14
Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий...	17
2.1. Календарный учебный график	17
2.2. Условия реализации программы.....	20
2.3. Формы аттестации	21
2.4. Оценочные материалы	22
Список литературы	23
Приложение	25

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Здоровье» (далее Программа) физкультурно-оздоровительной направленности разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральным Законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
- Приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ» (включая разноуровневые программы);
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказом Департамента образования и науки Кемеровской области от 05.05.2019г. №740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей»;
- Приказом Министерства просвещения РФ от 30 сентября 2020 г. №533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Уставом и локальными нормативными актами МБОУ «Бачатская ООШ» Беловского муниципального округа.

Уровень программы – стартовый

Актуальность данной программы обусловлена тем, что около 90% обучающихся имеют те или иные хронические заболевания или благоприятный фон для их развития. Для таких обучающихся характерны низкая степень социальной нормативности, в том числе в сфере собственного здоровья, неадекватный возрасту уровень знаний о здоровье и здоровом образе жизни.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни несовершеннолетних – это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию обучающихся, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы общего образования.

Данная программа призвана помочь обучающимся освоить навыки здорового образа жизни. В основу программы положена идея оздоровления и просвещения обучающихся. Ее вариативность позволит обеспечить обучающимся двигательную активность по собственному выбору, являющуюся одним из эффективных средств оздоровления.

Программа сформирована с учетом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья обучающихся:

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- активно формируемые в школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек.
- особенности отношения обучающихся к своему здоровью, что связано с отсутствием у них опыта «нездоровья» и восприятием обучающихся состояния болезни главным образом как ограничения свободы, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.
- рост наркомании и, как следствие, рост преступности среди подростков выдвигает еще одну задачу – это совершенствование профилактической работы и правового воспитания.

Формированию здорового образа жизни школьников может способствовать реализация программы «Здоровье»

Педагогическая целесообразность внедрения программы обусловлена возможностью потребности учащихся в самопознании, самосовершенствовании, саморазвитии и побуждению к формированию своего здоровья.

Программа разработана с учетом современных образовательных технологий, отражающаяся в :

- принципах обучения, а именно, учета психолого-возрастных особенностей обучающихся, гуманизации, доступности, преемственности, результативности;
- формах и методах обучения- объяснительно-иллюстративные (лекции, беседы, работа с иллюстрационным и статистическим материалом), репродуктивные (тестовые задания, задания по алгоритму, воспроизведение изученного теоретического материала), проблемного изложения (проблемное изложение, создание проблемной ситуации, эвристическая беседа), исследовательские (доклады, сообщение, составление кроссвордов, наблюдения);
- методах контроля - тестирование, анализ, анкетирование, беседа, практические и экспериментальные занятия;
- средствах обучения (модели, макеты, таблицы, приборы, аппараты, компьютер, интерактивная доска, проектор, учебные пособия, справочники и тд.

В процессе и по окончании изучения курса, у обучающихся вырабатываются понятия и навыки познания своей личности, возможностей своего характера, способности воспроизводить нужную информацию о наследственности и здоровье, противостоять вредным привычкам, стрессовым ситуациям, умении правильно вести себя в той или иной ситуации, оказывать первую помощь

Социальная значимость Программы выражается в решении важной для сельского социума проблемы организации созидательного досуга обучающихся, пробуждения у них

интереса к своему здоровью, содействующим развитию целого комплекса социально значимых личностных качеств.

Новизна дополнительной общеразвивающей программы.

При разработке программы конкретизированы и дополнены некоторые разделы- "Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы", "Распространенные хронические заболевания". Углублено понимание следующих тем программы- " Заболевания, связанные с вредными привычками", "Гигиена питания и быта", "Инфекционные заболевания". Расширены методы и организационные формы реализации предлагаемого материала по формированию здорового образа жизни.

Направленность Программы – социально-гуманитарная.

Целевая группа: данная Программа рассчитана для обучающихся 12-15 лет. Количество обучающихся в группе до 15 человек.

Отличительные особенности

Отличительные особенности данной программы от уже существующих в этой области заключается в том, что она сочетает в себе валеологическую и экологическую составляющие.

Основными принципами программы являются- принцип сознательности и активности в обучении, принципы гуманизации, дифференциации, экологизации и связи обучения с практикой.

Специфика предполагаемой деятельности обучающихся обусловлена тем, что теоретические знания подкрепляются практическими занятиями. Практические занятия по программе связаны с использованием современных образовательных технологий, физкультурно-оздоровительных мероприятий и здоровьесберегающих технологий. Практические задания способствуют умению применять полученные теоретические знания на практике, например, в умении оказать первую медицинскую помощь при травмах, отравлении, некоторых видах заболеваний. Практические занятия проходят в разных формах- индивидуальных, в форме практических работ, экскурсий, семинаров, интернет-проектов.

Особенность реализации программы заложена так же в отборе содержания и ее структуре, а именно, спиральная последовательность освоения содержания, акцентирование наиболее важных идей, логика прохождения программы.

При разработке программы за основу взяты такие методы как стимулирования и мотивации обучения, методы организации и осуществления учебных действий.

Для организации образовательного процесса используются разные формы организации, чередование которых способствует достижению главных целей и задач программы.

Возраст детей, участвующих в реализации данной образовательной программы: программа применима для детей школьного возраста (12-15 лет). Набор обучающихся осуществляется в начале учебного года. Поскольку занятия требуют индивидуального подхода, группы комплектуются из расчета 10-15 человек для одного учебного года.

Сроки реализации дополнительной общеразвивающей программы.

1 год обучения-34 часа (34 учебные недели)

Программа реализуется в модульной форме и состоит из двух модулей:

Формы и режим занятий.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа " Здоровье" реализуется в очной форме.

Занятия включают в себя следующие формы организации деятельности:

1) фронтальная, все одновременно выполняют общую для всех работу, обсуждают, сравнивают, обобщают результаты (семинары, экскурсии, урок-викторина, интегрированные уроки, познавательные игры)

2) групповая, создание групп по 3-6 человек для решения конкретных учебных задач (практические работы, лабораторные работы, семинарские и зачетные работы)

3) индивидуальная, каждый получает задание для самостоятельного выполнения, специально подобранное для конкретного обучающегося в соответствии с его подготовкой и учебными возможностями (тестирование, творческая работа, анкетирование, исследовательская работа, проект)

Вместе с активными формами и методами обучения используются и традиционные формы образовательной деятельности.

Все используемые формы и методы обучения направлены на стимулирование и активизацию познавательного интереса обучающихся, формирование творческих умений и навыков.

Режим занятий:

1 год обучения- 1 раза в неделю по 1 учебному часу

1.2. Цели и задачи

Цель программы:

формирование у обучающихся представлений об ответственности за собственное здоровье и здоровье окружающих, а так же основ критического мышления по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленных на сохранение психического, физического, нравственного здоровья.

Задачи программы:

обучающие:

- сформировать представления о положительных и отрицательных факторах воздействия на организм человека, понимание сущности здорового образа жизни;
- способствовать формированию основ ценностного отношения к здоровью и его укреплению;
- углубить знания об инфекционных, иммунных и генетических заболеваниях, ЗПП, о нарушениях работы нервной системы; об особенностях формирования личности в семье и обществе;
- сформировать представление о рациональной организации режима учебной деятельности, отдыха, научить анализировать и контролировать свой режим дня;
- расширить понимание взаимосвязи проблем здоровья человека и негативных последствий деградации природной среды; социальных последствиях деградации духовной среды, формирование экологической культуры.

развивающие:

- развивать у подростков чувство ответственности за экологические состояние окружающей среды, навыки бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- развивать умения использовать теоретические знания в жизни и навыков оказания первой медицинской помощи;
- развивать умение проводить наблюдение, сравнивать, анализировать, делать выводы;
- развивать любознательность, творческий потенциал обучающихся в подготовке рефератов, сообщений, выполнении практических и исследовательских работ.

воспитательные:

- воспитывать у подростков потребность к ведению здорового образа жизни и отказе в образе жизни и поведении, наносящим вред, как своему здоровью, так и здоровью окружающих;
- воспитывать волевые качества в стремлении достижений поставленных целей, направленных на укрепление своего здоровья;
- воспитывать экологическую культуру и бережное отношение ко всему живому как главной ценности на Земле, стремлении жить в гармонии с собой и людьми в окружающем мире.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№	Название разделов	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Введение.	1	0,5	0,5
2	Человек и биосфера.	1	1	0
2.1	Понятие о среде. Факторы среды.		1	-
3	Социальная медицина.	4	2	2
3.1	Демографическое состояние здоровья населения России. Медицинская статистика.		1	-
3.2	Гигиена и экология. Факторы, определяющие здоровье человека.		-	1
3.3	Финансирование медицинских учреждений. Инвалидность, донорство, квоты.		1	-
3.4	Понятие о качестве жизни. Закономерности географической изменчивости организма человека.		-	1
4	Некоторые экологически обусловленные заболевания.	5	2	3
4.1	Экологические факторы негативного воздействия на человека искусственной окружающей среды.		1	-
4.2	Заболевания, связанные с загрязнением воздуха.		-	1
4.3	Заболевания, связанные с загрязнением питьевой воды.		-	1
4.4	Заболевания, связанные с физическими загрязнениями окружающей среды.		1	-
4.5	Социальная гигиена.		-	1
5	Инфекционные заболевания.	5	2	3
5.1	Причины инфекционных заболеваний. История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями.		1	-
5.2	Иммунитет. История открытия иммунитета. Виды иммунитета.		-	1
5.3	Вирусы, строение, пути проникновения.		1	-
5.4	Вирусные заболевания.		-	1
5.4	СПИД- болезнь века.		-	1
6	Наиболее распространенные хронические заболевания.	4	2	2
6.1	Заболевания органов крови.		-	1
6.2	Заболевание органов кровообращения.		-	1
6.3	Хронические заболевания пищеварительной системы.		1	-
6.4	Заболевания мочевыделительной системы		1	-

7	Экстремальные ситуации. Оказание первой помощи.	4	2	2
7.1	Первая помощь при травмах ОПС.		0,5	0,5
7.2	Повреждения кожи.		0,5	0,5
7.3	Виды кровотечений		0,5	0,5
7.4	Итоговое занятие		0,5	0,5
8	Заболевания, связанные с вредными привычками.	3	1	2
8.1	Виды вредных привычек. Курение.		-	1
8.2	Алкоголь и его влияние на организм.		-	1
8.3	Наркотики. Виды наркотиков. Влияние на организм.		1	-
	Токсикомания			-
9	Гигиена питания.	6	3	3
9.1	Пища. Питательные вещества. Обмен веществ в разном возрасте.		1	-
9.2	Витамины.		1	-
9.3	Теория рационального сбалансированного питания.		1	-
9.4	Сбалансированность витаминов и минеральных веществ и питания как одно из условий рационального питания и повышения устойчивости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.		-	1
9.5	Культура питания. Энергетическая ценность. Диеты.		-	1
9.6	Пищевые продукты-аллергены.		-	1
10	Итоговое занятие	1	-	1
	Итого	34	14	20

Содержание программы.

Раздел 1. Введение

Теория Общее знакомство с курсом "Человек и его здоровье". Роль физиологии в развитии науки.

Практика Анкетирование "Что мы знаем о здоровье человека".

Раздел 2. Человек и биосфера

Тема 2.1. Понятие о среде. Факторы среды.

Теория Термин "среда", применение в узком и широком смысле. Факторы среды и их классификация.

Тема 2.2. Экологические последствия появления человека на земле.

Теория Экологические последствия деятельности человека. Виды экологических проблем.

Практика Презентация "Как человек изменил Землю".

Тема 2.3. Современное состояние окружающей среды.

Теория Современное состояние экологии России. Самые грязные города. Регионы с критической экологической ситуацией.

Практика Практическая работа "Оценка биологического возраста человека".

Тема 2.4. История взаимоотношений человека и природы.

Теория Этапы истории взаимоотношений человека и природы. Антропогенные факторы и их влияние.

Практика Практическая работа "Антропогенные факторы среды и их влияние на человека".

Раздел 3. Социальная медицина.

Тема 3.1 Демографическое состояние здоровья населения России. Медицинская статистика".

Теория Демографическая ситуация в России, состояние здоровья населения. Медицинская демография.

Тема 3.2 Гигиена и экология. Факторы, определяющие здоровье человека.

Теория Общая гигиена и экология здоровья. Некоторые факторы экологии и гигиены, определяющие здоровье.

Практика Практическая работа "Выявление экологически опасных факторов воздействия"

Тема 3.3 Финансирование медицинских учреждений. Инвалидность, донорство, квоты.

Теория Министерства, в ведомстве которых находятся вопросы финансирования медицинских учреждений. Порядок получения льготного места в клинике. Количество квот, определенных для каждого медицинского учреждения. Инвалидность, присвоение, льготы.

Тема 3.4 Понятие о качестве жизни. Закономерности географической изменчивости организма человека.

Теория Закономерности географической изменчивости морфологических и физиологических признаков у человека. Уровень питания, определяющий закономерности роста и развития организма.

Практика Практическая работа " Определение обеспеченности организма витаминами и микроэлементами".

Раздел 4. Некоторые экологически обусловленные заболевания.

Тема 4.1 Экологические факторы негативного воздействия на человека искусственной окружающей среды.

Теория Экологические абиотические факторы и их воздействие на организм человека. Примеры негативного воздействия на организм.

Тема 4.2 Заболевания, связанные с загрязнением воздуха.

Теория Заболевания, связанные с загрязнением воздуха- бронхиты, астма, аллергические дерматиты, сердечно- сосудистые заболевания, симптомы, первая помощь.

Практика Практическая работа "Расчетная оценка выбросов вредных веществ в воздух от автотранспорта".

Тема 4.3 Заболевания, связанные с загрязнением питьевой воды.

Теория Заболевания, связанные с загрязнением питьевой воды- мочекаменная болезнь, сердечно-сосудистые заболевания, отравления. Симптомы заболеваний, первая помощь.

Практика Практическая работа " Исследование качества питьевой воды".

Тема 4.4 Заболевания, связанные с физическими загрязнениями окружающей среды.

Теория Заболевания, связанные с физическими загрязнениями окружающей среды- нервные заболевания, сердечно- сосудистые, онкологические. Виды, симптомы, первичная диагностика.

Тема 4.5 Социальная гигиена.

Теория Понятие социальной гигиены, как науки, взаимосвязь с другими науками. Социальная гигиена и организация здравоохранения.

Практика Практическая работа "Санитарно-гигиеническая оценка рабочего места".

Раздел 5. Инфекционные заболевания.

Тема 5.1 Причины инфекционных заболеваний. История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями.

Теория Инфекционные заболевания, понятие, виды, причины. История развития борьбы человечества с инфекционными заболеваниями. Периоды инфекционного заболевания, инкубационный период, выздоровление.

Тема 5.2 Иммуитет. История открытия иммуитета. Виды иммуитета.

Теория История изучения иммуитета. История становления науки иммунологии, роль ученых (И.И. Мечников, Р. Кох, П. Эрлих, Л.Пастер) в развитии знаний. Иммуитет, виды. Иммуная система.

Практика Исследовательская работа "Иммуитет на страже здоровья".

Тема 5.3 Вирусы, строение, пути проникновения.

Теория Вирусы, разновидности, строение вирусов. Пути проникновения в организм. История изучения вирусов и становление науки вирусологии..

Тема 5.4 Вирусные заболевания.

Теория Вирусные заболевания- оспа, грипп, корь, краснуха, герпес. Симптомы заболеваний, профилактические мероприятия. Разработка вакцины.

Практика Презентация "Вирусные заболевания"

Тема 5.5 СПИД- болезнь века.

Теория Общая характеристика ВИЧ и СПИД, пути передачи. ВИЧ-инфекция, стадии. СПИД и причина его возникновения. Основные формы и методы профилактики ВИЧ-инфекции- профилактика передачи половым путем, при переливании крови, профилактика передачи от матери к ребенку.

Практика Презентация "СПИД- болезнь века".

Теория Бактериальные кишечные инфекции- сальмонеллез, холера, дизентерия, брюшной тиф, паратиф, ботулизм. Пути заражения. Симптомы, первая помощь. профилактика заболеваний. Диетическое питание при лечении заболеваний.

Практика Работа с наглядными пособиями, дополнительной литературой, беседа.

Раздел 6. Наиболее распространенные хронические заболевания.

Тема 6.1 Заболевания органов крови.

Теория Форменные элементы крови. Постоянство состава крови. Свертываемость крови. Воспалительная реакция. Анемия, виды анемии- железодефицитные, витаминдефицитные, белководефицитные.

Практика Практическая работа "Изучение анализа крови"

Тема 6.2 Заболевание органов кровообращения.

Теория Болезни органов кровообращения- ишемическая болезнь сердца, стенокардия, гипертония, инфаркты. Симптомы заболевания органов кровообращения- одышка, боль в области груди, сердцебиение, цианоз, отеки, увеличение ЧСС. Профилактика заболеваний.

Практика Практическая работа "Подсчет пульса. Измерение артериального давления".

Практика Тестирование "Что мы знаем о хронических заболеваниях".

Раздел 7. Экстремальные ситуации. Оказание первой помощи. 4ч (2/2)

Тема 7.1 Первая помощь при травмах ОПС.

Теория Состав и строение ОПС. Виды травм опорно-двигательного аппарата. Причины травматизма. Переломы, вывихи, растяжения. Виды переломов. Предупреждение травматизма. Охрана труда.

Практика Практическая работа "Оказание первой помощи при травмах опорно-двигательной системы"

Тема 7.2 Повреждения кожи.

Теория Нарушение кожных покровов, причины повреждения. Ожоги, степени ожогов, оказание первой помощи при ожогах. Обморожения, степени обморожения. Оказание первой помощи при обморожениях.

Практика Практическая работа "Оказание первой помощи при обморожениях и ожогах"

Тема 7.3 Виды кровотечений.

Теория Виды кровотечений особенности разного вида кровотечений. Меры первой доврачебной помощи при разных видах кровотечения. Осложнения кровотечений.

Практика Практическая работа "Первая помощь при различных видах кровотечений".

Тема 7.4 Итоговое занятие.

Практика Итоговое игровое занятие "Врач-пациент".

Второй модуль.

Раздел 8. Заболевания, связанные с вредными привычками.

Тема 8.1 Виды вредных привычек. Курение.

Теория Понятие вредных привычек. Основные группы вредных привычек. Курение-миф и реальность. Влияние курения на организм человека- анемия, сердечно- сосудистые заболевания, ухудшение памяти, внимания, сбои в работе пищеварительной системе. Влияние на будущее потомство.

Практика Дискуссия на тему "Курение и материнство"

Тема 8.2 Алкоголь и его влияние на организм.

Теория Алкоголь и его влияние на физическое и психическое здоровье. Причины употребления алкоголя. Лечение алкоголизма.

Практика Проблемная дискуссия на тему "Алкоголизм, его последствия и предупреждение".

Тема 8.3 Наркотики. Виды наркотиков. Влияние на организм.

Теория Наркотики. Классификация наркотиков. Наркотическая зависимость, ее последствия. Влияние разрушающего действия наркотиков на организм человека.

Тема 8.4 Токсикомания.

Теория Токсикомания, понятие, виды токсикомании. Подростковая токсикомания, причины и последствия.

Раздел 9. Гигиена питания.

Тема 9.1 Пища. Питательные вещества. Обмен веществ в разном возрасте.

Теория Питательные вещества, белки, жиры, углеводы. Рациональное питание. Состав пищи.

Тема 9.2 Витамины.

Теория Витамины, группы витаминов- водорастворимые и жирорастворимые, примеры. Биологическая роль витаминов. Содержание витаминов в пищевых продуктах. способы сохранения витаминов в пище. Авитаминоз, гиповитаминоз, причины, симптомы.

Тема 9.3 Теория рационального сбалансированного питания.

Теория Современное представление о рациональном и полноценном питании. Положения теории рационального питания. Пища, характер питания и их влияние на биологические характеристики организма человека-рост, развитие. состояние всех возрастных групп, функции органов и систем, темпы старения, продолжительность жизни. Отступление от сбалансированного питания, положительные и отрицательные стороны соблюдения религиозных постов.

Тема 9.4 Сбалансированность витаминов и минеральных веществ и питания как одно из условий рационального питания и повышения устойчивости организма к неблагоприятным факторам внешней среды.

Теория Сбалансированность витаминов, минеральных веществ как одно из условий рационального питания. Понятие режима питания. Правильный суточный рацион человека. Гигиенические принципы питания работников умственного и физического труда. Изучение и анализ состояния

питания при последовательной оценке: 1) фактического питания 2) состояния здоровья 3) экологического статуса. Методы изучения питания. Анализ и оптимизация оптимального питания.

Практика Практическая работа "Рациональное питание. Режим питания. Рацион моего питания".

Тема 9.5 Культура питания. Энергетическая ценность. Диеты.

Теория Культура питания, ее значение и роль в формировании здорового образа жизни. Питательные вещества, их энергетическая ценность. Калорийность пищевых продуктов. Калорийность суточного рациона. Потребности человека в пищевых веществах от энергетических затрат. Пища- источник энергии для работы всех систем организма, обновления тканей.

Практика Практическая работа "Составление суточного рациона для разных возрастных групп населения и их физиологическая оценка".

Тема 9.6 Пищевые продукты-аллергены.

Теория Пищевая непереносимость, виды реакций на пищу. Понятие аллергия, аллергены. Формы пищевой непереносимости. Что лежит в основе аллергических реакций. Факторы, способствующие пищевой аллергии. Особенности пищевой аллергии. Аллергические состояния.

Практика Практическая работа "Составление суточного рациона в связи с указанной лечебной диетой".

1.4.Ожидаемые результаты и способы их проверки.

Требования к результатам освоения программы "Здоровье" определяются ключевыми задачами программы, которые отражают индивидуальные, общественные потребности и включают в себя предметные, личностные и метапредметные результаты освоения программы.

Предметные результаты обучения

- объяснять некоторые наблюдаемые процессы в своем организме;
- называть основные правила здорового образа жизни, факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье;
- объяснять благотворное влияние на организм физкультуры и спорта;
- использовать знания психологии о типах темперамента, эмоциях, воле для эффективного общения.
- выявлять причины нарушения осанки и развития плоскостопия;
- оказывать первую помощь при травмах;
- применять знания для рационального составления режима дня, правил рационального питания, гигиены;
- называть симптомы распространенных заболеваний;
- объяснять роль основных функций организма (питание, выделение, дыхание) в обеспечении нормальной жизнедеятельности организма;

Личностные результаты обучения.

- понимать значимость обучения, правильного и осознанного выбора будущей профессии;
- уметь вырабатывать собственные ответы на жизненные вопросы с учетом многообразия типов мировоззрения, общественных, культурных традиций, религиозных мировоззрений, которые ставит личный жизненный опыт;
- умение слушать, вести диалог, эмоционально- положительно относиться к окружающим людям, учиться выбирать стиль поведения, обеспечивающий безопасность жизни и здоровья себя и окружающих;
- учиться уметь противостоять ситуациям, провоцирующим на поступки, которые могут угрожать жизни и здоровью;
- умение реализовывать обучающимися теоретические знания на практике;

- понимание ценности здорового образа жизни и отказа от вредных привычек;
- умение признавать право другого человека на собственное мнение, а так же умение отстаивать свою точку зрения.

Метапредметные результаты обучения (формирование универсальных учебных действий)

Регулятивные УУД

- самостоятельно формулировать проблему в ходе учебной деятельности;
- выдвигать различные варианты решения проблемы, выбирать из предложенных решений проблемные средства для достижения цели;
- составлять порядок (схему) решения проблемы (исследовательская работа, написание рефератов, составление проектов);
- использовать для решения проблем основные и дополнительные средства обучения;
- планировать свою образовательную деятельность;
- пользоваться критериями оценок и самооценок, исходя из целей, задач, давать оценку результатам своей работы;
- самостоятельно находить и осознавать причины достижения результата, либо находить способы разрешения неуспешного решения проблемы;
- давать оценку личностным качествам, чертам характера, уметь определять направления своего развития.

Познавательные УУД

- строить логическое рассуждение с установлением причинно-следственных связей;
- анализировать, сравнивать, обобщать понятия в ходе изучения учебного материала;
- предоставлять полученную информацию в виде конспектов, рефератов, таблиц, графиков, диаграмм;
- преобразовывать информацию из одного вида в другой и выбирать оптимальную форму предоставления информации для себя и окружающих;
- понимать позицию другого человека, различая точку зрения, аргументы, теории, гипотезы в речи оппонента, используя приемы слушания и различные виды чтения;
- соблюдать правила информационной безопасности, уметь использовать различные технологии (компьютерные и коммуникационные) для достижения поставленных целей.

Коммуникативные УУД

- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие для определения целей, задач, распределения функций участников, способов сотрудничества;
- отстаивать свою точку зрения, приводя доказательства;
- уметь перефразировать свою мысль, с полнотой и точностью выражать мысли в соответствии с условиями коммуникации;
- понимать точку зрения другого человека, управление поведением оппонента-умение договариваться с людьми иных позиций;
- выявление, распознавание конфликта, поиск способов разрешения конфликтов и их реализация.

Для отслеживания **результативности** о используются следующие **виды контроля**:

- начальный контроль (сентябрь)
- текущий контроль (в течение учебного года)
- промежуточный контроль (декабрь)
- итоговый контроль (май)

Возможно использование следующих **методов отслеживания результативности**:

- педагогическое наблюдение:

-педагогический анализ выполнения обучающимися диагностических заданий, результатов тестирования, защиты проектов, рефератов, исследовательских работ, активности обучающихся на занятиях;

-педагогический мониторинг- мониторинг образовательной деятельности обучающихся, ведение педагогического дневника, тестирование, оформление листов индивидуального образовательного маршрута, диагностика личностного роста, оформление фотоотчетов.

Методы выявления результатов воспитания:

-социометрия (диагностика эмоциональных связей);

-тестирование;

-анкетирование

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы.

-входной (входное тестирование, наблюдение педагога)

- промежуточный контроль (тестирование, выполнение самостоятельных работ, просмотр и анализ выполненных работ, участие в творческих объединениях)

- итоговый контроль- зачетная работа.

Методическое обеспечение

№	Наименование раздела	Форма организации учебного занятия	Методы и средства обучения	Дидактический материал	Информационно-методическое оснащение	Техническое оснащение	Вид и форма контроля
1	Введение.	Фронтальная. Лекция/ беседа, работа со статистическим матер.	объяснительно-иллюстративные	1. Агаджанян Н.А. и др., Основы физиологии человека, 2-е изд., исправленное. -М.: РУДН, 2001.-408с.	1. Наборы для препарирования, учебные микроскопы, микропрепараты по анатомии, физиологии и, гигиене, предметные стекла.	Компьютер, мультимедийный проектор, интерактивная доска.	Наблюдение.
2	Человек и биосфера.	Фронтальная, групповая, индивидуальная. Лекция, практика, видеоурок, наблюдение., проблемного изложения, объяснительно-иллюстративный.	Объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, проблем. изложения, исследование	2. Билич Г.Л., Крыжаковский В.А. Биология. Полный курс. В 3-х томах. Том 1. Анатомия. Оникс. 2009. 864 с, ил.	2. Скелет человека. 3. Модели объемные. 4. Модели-аппликации.	Компьютер, мультимедийный проектор, интерактивная доска, принтер.	Беседа, опрос, практика, наблюдение.
3	Социальная медицина	Фронтальная, групповая, индивидуальн	объяснительно-иллюстр	3. Волков С.Р. Здоровый человек и его	5. Набор	Компьютер, мультиме	Беседа, опрос, практика,

	а.	ая. Лекция, практика, видеоурок, наблюдение, объяснительно - иллюстративн ый.	ративны е, репроду ктивные , проблем ного изложе ния,исс ледов ательск ие.	окружение / С.Р. Волков.- М.: Медицина, 201 5. 128 с. 4. Дружинин В.Н., Психология общих способностей. 3-е изд.- СПб.: Питер, 2008. – 368 с.: ил. 5. Казнин Э.М. Биология.Осн овы индивидуальн ого здоровья человека / Э.М. Казин, Н.Г. 6. Кожин, А. А. Здоровый человек и его окружение /	"Имитато ры травм" 6. Таблицы по анатомии, физиологи и, гигиене человека. 7. Набор тематичес ких видеофил ьмов.	дийный проектор, интеракти вная доска, принтер.	наблюден ие.
4	Некотор ые экологич ески обусловл енные заболева ния.	Фронтальная, групповая, индивидуальн ая. Лекция, практика, видеоурок, наблюдение, урок- дискуссия, объяснительно - иллюстративн ый, исследователь ский.	объясни тельно- иллюст ративны е, репроду ктивные , проблем ного изложен ия, исследо вательс кие.	окружение / А.А. Кожин, В.Р. Кучма, О.В. Сивочалова.- М.: Academia, 2013.- 400 с. 7. Козлов В.И., Цехмистренко Т.А. Анатомия центральной нервной системы. М.: "Мир", "Аст", 2003.- 210 с. 8. Мушкамбаров Н. Н., Кузнецов С. Л., Молекулярная		Компьюте р, мультиме дийный проектор, интеракти вная доска, принтер.	Беседа, опрос, практика, наблюден ие.
5	Инфекци он- ные заболева ния.	Фронтальная, групповая, индивидуальн ая. Лекция, практика, видеоурок, наблюдение, урок- дискуссия, объяснительно - иллюстративн ый, исследователь ский.	объясни тельно- иллюст ративны е, репроду ктивные , проблем ного изложен ия, исследо вательс кие.			Компьюте р, мультиме дийный проектор, интеракти вная доска, принтер.	Беседа, опрос, практика, наблюден ие.
6	Наиболе е распрост раненны е хрониче ские заболева	Фронтальная, групповая, индивидуальн ая. Лекция, практика, наблюдение, урок-	объясни тельно- иллюст. , репроду ктивные , проблем			Компьюте р, мультиме дийный проектор, интеракти вная доска,	Беседа, опрос, практика, наблюден ие, тестирова ние.

	ния.	дискуссия, объяснительно - иллюстративный, тестирования.	ного изложения, исследовательские.	биология, Изд. Медицинское информационное агентство,		принтер.	
7	Экстремальные ситуации. Оказание первой помощи.	Фронтальная, групповая, индивидуальная. Лекция, практика, видеоурок, наблюдение, урок-дискуссия, объяснительно - иллюстративный, урок-игра.	объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, проблемного изложения, исследовательские.	2007.- 220 с. 9. Павлов В. И. Вселенская Чистота Сознания и здоровье Человека. Исцеление с помощью мыслеформ / В.И. Павлов. - М.: Золотое Сечение, 2014. - 316 с. 10. Пехов А.П. Биология с основами экологии: Учебник. 7-е изд., стер. – СПб.: Изд-во «Лань», 2007.- 688 с. 11. Поленов Б. В. Защита жизни и здоровья человека в XXI веке. Восемь основных источников опасности для человечества: моногр. / Б.В. Поленов. - М.: Группа ИДТ, 2014. - 720 с. 12. Семенова		Компьютер, мультимедийный проектор, интерактивная доска, принтер.	Беседа, опрос, практика, наблюдение, тренинг.
8	Заболелания, связанные с вредными и привычками.	Фронтальная, групповая, индивидуальная. Лекция, практика, видеоурок, наблюдение, урок-дискуссия, объяснительно - иллюстративный, исследовательский, проблемного изложения, занятия с элементами психологического тренинга.	объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, проблемного изложения, исследовательские.			Компьютер, мультимедийный проектор, интерактивная доска, принтер.	Беседа, опрос, практика, наблюдение.
9	Гигиена питания.	Фронтальная, групповая, индивидуальная. Лекция, практика, видеоурок, наблюдение, объяснительно	объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, проблем			Компьютер, мультимедийный проектор, интерактивная доска, принтер.	Беседа, опрос, практика, наблюдение.

		- иллюстративный, исследовательский, проблемного изложения.	ного изложения, исследовательские.	Надежда. Здоровье здорового человека. Практическая экология XXI		
	Половая система человека и связанные с ней социальные проблемы.	Фронтальная, групповая, индивидуальная. Лекция, практика, видеоурок, наблюдение, урок-дискуссия, объяснительно-иллюстративный, проблемного изложения	объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, проблемного изложения, исследовательские.	века / Надежда Семенова - М.: Диля, 2014. - 128 с. 13. Тейлор Д., Грин Н., Стаут У. Биология: в 3 т. 3-е изд. - М.: Мир, 2004. Том 1 – 454 с. Том 2 - 436 с. Том 3- 451 с. 14. Теплов Б. М.	Компьютер, мультимедийный проектор, интерактивная доска, принтер.	Беседа, опрос, практика, наблюдение.
11	Поведение и психика.	Фронтальная, групповая, индивидуальная. Лекция, практика, видеоурок, наблюдение, урок-дискуссия, объяснительно-иллюстративный, исследовательский, проблемного изложения, занятия с элементами психологического тренинга.	объяснительно-иллюстративные, репродуктивные, проблемного изложения, исследовательские.	М. Способности и одарённость./ Психология индивидуальных различий. Тексты. М.: изд-во Моск. Ун-та, 1982,- 136с. 15. Ушакова Д.В. Психология одаренности: от теории к практике – М.: ПЕР СЭ, 2000.- 350 с. 16. Физиология человека: В 3-х томах. Пер. с англ. Под ред. Р. Шмидта и Г. Тевса. – 3-е	Компьютер, мультимедийный проектор, интерактивная доска, принтер.	Беседа, опрос, практика, наблюдение, тренинг.
13	Итоговое занятие.	Фронтальная.	Исследовательские.	Физиология человека: В 3-х томах. Пер. с англ. Под ред. Р. Шмидта и Г. Тевса. – 3-е	Компьютер, мультимедийный проектор, интерактивная	Защита исследовательских работ.

				изд. – М.: Изд-во «Мир», 2005. Том 1 – 323 с., Том 2 – 314 с., Том 3 – 228 с.		доска, принтер.	
--	--	--	--	---	--	-----------------	--

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

№	Дата	Тема	Время	Форма занятия	Кол-во часов	Место проведения	Форма контроля
1		Введение		Комбинированный	1		Анкетирование
Человек и биосфера							
2		Понятие о среде. Факторы среды.		Лекция	1		Наблюдение, опрос
3		Экологические последствия появления человека на земле.		Практика	1		Составление и защита презентаций
4		Современное состояние окружающей среды.		Практика	1		Практическая работа
5		История взаимоотношений человека и природы.		Практика	1		Практическая работа
6		Природно-очаговые заболевания.		Комбинированный	1		Наблюдение, дискуссия
Социальная медицина. 4 ч (2/ 2)							
7		Демографическое состояние здоровья населения России. Медицинская статистика.		Комбинированный	1		Наблюдение, работа с доп.литературой
8		Гигиена и экология. Факторы, определяющие здоровье человека.		Практика	1		Практическая работа
9		Финансирование медицинских учреждений. Инвалидность, донорство, квоты.		Комбинированный	1		Наблюдение, работа со стат.материалами
10		Понятие о качестве жизни. Закономерности географической изменчивости организма человека.		Практика	1		Практическая работа
Некоторые экологически обусловленные заболевания.							
11		Экологические факторы негативного воздействия на человека искусственной		Комбинированный	1		Наблюдение, опрос

		окружающей среды.				
1 2		Заболевания, связанные с загрязнением воздуха.		Практика	1	Практическая работа
1 3		Заболевания, связанные с загрязнением питьевой воды.		Практика	1	Практическая работа
1 4		Заболевания, связанные с физическими загрязнениями окружающей среды.		Комбинированный	1	Наблюдение, опрос
1 5		Социальная гигиена.		Практика	1	Практическая работа
Инфекционные заболевания.						
1 6		Причины инфекционных заболеваний. История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями.		Лекция	1	Наблюдение, опрос
1 7		Иммунитет. История открытия иммунитета. Виды иммунитета.		Практика	1	Результативность выступлений
1 8		Вирусы, строение, пути проникновения.		Комбинированный	1	Наблюдение, дискуссия
1 9		Вирусные заболевания.		Практика	1	Составление и защита презентаций
2 0		СПИД- болезнь века.		Практика	1	Презентации
2 1		Вирусные заболевания пищеварительной системы.		Лекция	1	Наблюдение, опрос
2 2		Бактериальные кишечные инфекции.		Практика	1	Наблюдение, работа с доп.литературой
Наиболее распространенные хронические заболевания.						
2 3		Заболевания органов крови.		Практика	1	Практическая работа
2 4		Заболевание органов кровообращения.		Практика	1	Практическая работа
2 5		Хронические заболевания пищеварительной системы.		Лекция	1	Наблюдение, опрос
Экстремальные ситуации. Оказание первой помощи. 4 ч (2/ 2)						
2 6		Первая помощь при травмах ОПС.		Комбинированный		Практическая работа
2 7		Повреждения кожи.		Комбинированный		Практическая работа
2 8		Виды кровотечений		Комбинированный		Практическая работа
Второй модуль. Раздел 8. Заболевания, связанные с вредными привычками. 5 ч (2/3)						
2 9		Виды вредных привычек. Курение.		Практика	1	Дискуссия
3 0		Алкоголь и его влияние на организм.		Практика	1	Дискуссия
3 1		Наркотики. Виды наркотиков. Влияние на организм.		Лекция	1	Наблюдение, опрос
Гигиена питания.						

3 2	Пища. Питательные вещества. Обмен веществ в разном возрасте.		Лекция	1		Наблюдение, опрос
3 3	Витамины.		Лекция	1		Наблюдение, опрос
3 4	Итоговое занятие.		Практика	1		Защита исследовательских работ

2.2. Условия реализации Программы

Помещение и оборудование	Специальные инструменты и приспособления	Дополнительные материалы
1. Учебный кабинет 2. Рабочий стол педагога 3. Стулья 4. Шкафы для хранения материалов и оборудования. 5. Демонстрационный стол 6. Полки для выставочных работ 7. Библиотека с методической литературой. 8. Интерактивная доска. 9. Компьютер 10. Мультимедийный проектор.	1. Лабораторное оборудование (наборы для препарирования), учебные микроскопы, микропрепараты по анатомии, физиологии, гигиене, предметные стекла. 2. Скелет человека. 3. Модели объемные. 4. Модели-аппликации. 5. Набор "Имитаторы травм"	1. Электронные наглядные пособия. 2. Раздаточные наглядные таблицы. 4. Интерактивные наглядные пособия. 5. Дискеты с программным обеспечением для компьютера. 6. Таблицы по анатомии, физиологии, гигиене человека. 7. Набор тематических видеofilьмов.

2.3. Формы аттестации

По окончании срока реализации Программы определяется результат обучения, изменения уровня развития и творческих способностей обучающихся, ориентирования обучающихся на дальнейшее обучение.

Текущий контроль проводится на каждом занятии с целью оценки усвоения обучающимися учебного материала, отслеживания активности обучающихся, организуется в форме взаимопроверки обучающихся, наблюдений, тематических бесед, устных отчётов.

Промежуточный контроль проводится в конце первого полугодия с целью диагностирования уровня усвоения обучающимися содержания разделов программы, организуется в форме тестирования.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года с целью оценки уровня знаний, умений и компетенций, сформированных у обучающихся в результате освоения образовательной программы, организуется в форме публичной защиты индивидуальных и подгрупповых проектов или исследовательских работ.

2.4. Оценочные материалы

К оценочным материалам относятся: наблюдение, самоанализ, практические занятия. Во

время занятия педагог наблюдает за игрой обучающихся, даёт пояснения. Помогает исправлять ошибки и неточности, допущенные при игре (текущий контроль).

В конце занятия проводится самоанализ и анализ выполненных действий обучающихся. По изучению большой темы проводятся шахматные турниры, в задании которых присутствует задания по изученному материалу (периодический контроль).

Анкетирование "Что мы знаем о своем здоровье"

1. Укажите ваш пол _____ и возраст _____

2. Как вы оцениваете состояние своего здоровья?

а) Хорошее б) Удовлетворительное в) Плохое г) Затрудняюсь ответить

3. Хотели бы вы, чтобы ваши дети пили, курили?

а) Да б) Нет в) Не знаю

4. Хотели бы Вы, чтобы ваш муж или жена курили, пили?

а) Да б) Нет в) Не знаю

5. Какие из ценностей, приведенных ниже, для Вас наиболее важны?

Оцените их, проставив баллы от 8 (самое важное) до 1 (наименее важное)

а) Материальное благополучие,

б) Качественное образование,

в) Хорошее здоровье,

г) Привлекательная внешность,

д) Любимая работа,

е) Возможность общаться с интересными людьми,

ж) Благополучная семья,

з) Свобода и независимость.

4. Какие условия для сохранения здоровья Вы считаете наиболее важными? Из приведенного перечня условий выберите и отметьте четыре наиболее важных для Вас.

а) Хорошая наследственность,

б) Хорошие экологические условия,

в) Выполнение правил здорового образа жизни,

г) Возможность консультаций и лечения у хорошего врача,

д) Знания о том, как заботиться о своем здоровье,

е) Отсутствие физических и умственных перегрузок,

ж) Регулярные занятия спортом,

з) Достаточные материальные средства для хорошего питания, занятий спортом и т.д.

5. Как вы относитесь к информации о том, как заботиться о здоровье?

а) Это всегда интересная и полезная информация,

б) Иногда это достаточно интересная и полезная информация,

в) Не очень интересная и полезная информация,

г) Эта информация меня не интересует.

6. Достаточно ли вы заботитесь о своем здоровье

а) Вполне достаточно,

б) Не вполне достаточно,

в) Недостаточно.

7. Какие темы о здоровье больше всего интересуют Вас? (Вы можете выбрать больше чем одну тему)

- а) Курение
- б) Снижение и набор веса
- в) Алкоголь
- г) Половое воспитание
- д) Нарушение питания
- е) Влияние наркотиков
- ж) Инфекции, передаваемые половым путем
- з) Физические упражнения и спорт
- и) Управление эмоциями
- к) Межличностные отношения
- л) Другое (указать что именно)

8. Делаете ли вы дома утреннюю гимнастику?

- а) да
- б) нет

9. Знаете ли вы основные принципы и методы закаливания? Приведите примеры.

10. продолжите фразу: "Здоровый ребенок..."

Тестирование "Что мы знаем о хронических заболеваниях"

1. Какие первичные симптомы могут указывать на развитие ?

- а) ночные кошмары, бессонница
- б) галлюцинации, потеря аппетита
- в) постоянная жажда, частое мочеиспускание, кожный зуд, хроническая усталость
- г) аритмия, учащенное сердцебиение

2. Как передается бактерия хеликобактер?

- а) через общую посуду
- б) через поцелуй
- в) от матери к ребенку
- г) все перечисленное

3. Какую диагностику назначают для проверки щитовидной железы?

- а) гастроэнтероскопия
- б) анализ крови на гормон ТТГ, Т4, УЗИ щитовидной железы
- в) мазок на бактерии из горла
- г) анализ крови у женщин на гормон эстроген и у мужчин на тестостерон.

4. Для чего исследуют в крови уровень холестерина?

- а) проверка психического здоровья
- б) проверка бесплодия
- в) выявление риска ССЗ
- г) оценка функции печени

5. Какое заболевание не относится к инфекционным?

- а) грипп
- б) дизентерия
- в) ветрянка

6. Найдите соответствие показателей холестерина крови:

- 1) норма а) 7,8 ммоль/л и выше
- 2) легкая гиперхолестеринемия б) ниже 5,0 ммоль/л
- 3) умеренная гиперхолестеринемия в) 6,5-7,8 ммоль/л
- 4) выраженная гиперхолестеринемия г) 5,0-6,5 ммоль/л

7. Частота сердечных сокращений 60-85 ударов в минуту считается

- а) нормой
- б) повышенной
- в) у каждого свои показатели

8. Какие основные неинфекционные заболевания в XXI веке являются наиболее частой причиной заболеваемости и смертности?

- а) Сердечно-сосудистые
- б) Онкологические
- в) Патологии дыхательных путей (не включая респираторные и туберкулез легких)
- г) Эндокринные

9. Наиболее опасными сердечно-сосудистыми заболеваниями считаются

- а) Атеросклероз
- б) Инфаркт миокарда
- в) Артериальная гипертензия
- г) Инсульт
- д) Ишемическая болезнь сердца

10. Ингаляции с использованием эфирных масел, аэробные физические нагрузки и дыхательная гимнастика помогают снизить риск

- а) сердечно-сосудистых заболеваний
- б) заболеваний органов дыхания
- в) онкологических заболеваний
- г) заболевания сахарным диабетом

11. Какие мероприятия входят в стратегию профилактики сахарного диабета?

- а) Ограничить употребление продуктов с высоким содержанием сахара и жиров
- б) Уменьшить факторы стресса
- в) Практиковать дробное питание
- г) Контролировать уровень глюкозы в крови
- д) Следить за уровнем холестерина в крови, пульсом и артериальным давлением
- е) Избегать излишнего облучения рентгеном
- ж) Меньше загорать под прямыми солнечными лучами

12. Что такое атеросклероз?

- а) Сужение кровеносных сосудов вследствие жировых отложений (бляшек) на их стенках
- б) Сужение и гипертонус сосудов, стабильное повышение артериального давления (выше нормы – 140/190 мм рт. ст.)
- в) Самая серьезная клиническая форма ишемии сердца

Список литературы.

Литература для обучающихся

1. Баранова С.В. Вредные привычки. Избавление от зависимостей/ С.В. Баранова.-М.: Феникс, 2007.- 192с.
2. Батуев Л.С., Соколова Л.В., Левитин М.Г. Человек. Основы физиологии и психологии: учебник для 9 классов общеобразовательных учреждений. М.: Дрофа, 2000.- 220 с.
3. Воздействие на организм человека опасных и вредных экологических факторов. Метрологические аспекты. В 2 томах. Том 2. Книга 1. - М.: ПАИМС, 1997. - 512 с.
4. Ерофеева Людмила. Возлюби свои привычки / Людмила Ерофеева. - М.: Центрполиграф, 2009. - 192 с.

5. Зайцева Е.Ю. Биология. "Организм человека и его здоровье" / Е.Ю. Зайцева. - М.: Астрель, 2012. - 375 с.
6. Исаева Е. Л. Здоровый человек и его окружение. Шпаргалки / Е.Л. Исаева. - М.: Феникс, 2015. - 128 с.
7. Кругляк Лев. Алкоголизм. Мысли, избавляющие от вредных привычек. Естественное очищение (комплект из 3 книг) / Лев Кругляк, Георгий Сыгин, Рудигер Дальке. - М.: ИГ "Весь", 2014. - 672 с.
8. Крюкова, Д. А. Здоровый человек и его окружение. Учебное пособие / Д.А. Крюкова, Л.А. Лысак, О.В. Фурса. - М.: Феникс, 2014. - 480 с.
9. Пучко Людмила. Жизнь и здоровье человека в вопросах и ответах Многомерной медицины / Людмила Пучко. М.: Машиностроение, 2013. - 504 с.
10. Резникова, В. З. Биология. Человек и его здоровье. Общие биологические закономерности. Тематический контроль. Рабочая тетрадь (+ приложение) / В.З. Резникова, А.Н. Мягкова. - Москва: РГГУ, 2013. - 208 с.
11. Шапиро Я.С., Панина Г.Н. Микробиология 10-11 классы; учебное пособие. М.: Вентана-Граф, 2008. - 272 с.

Литература для учителя:

1. Агаджанян Н.А. и др., Основы физиологии человека, 2-е изд., исправленное.-М.: РУДН, 2001.- 408с.
2. Билич Г.Л., Крыжановский В.А. Биология. Полный курс. В 3-х томах. Том 1. Анатомия. Оникс. 2009. 864 с, ил.
3. Волков С.Р. Здоровый человек и его окружение / С.Р. Волков. - М.: Медицина, 2015. - 128 с.
4. Дружинин В.Н., Психология общих способностей. 3-е изд.- СПб.: Питер, 2008. – 368 с.: ил.
5. Казин Э. М. Биология. Основы индивидуального здоровья человека / Э.М. Казин, Н.Г. Блинова, Н. А. Литвинова.- М.: Владос, 2016.- 192 с.
6. Кожин, А. А. Здоровый человек и его окружение / А.А. Кожин, В.Р. Кучма, О.В. Сивочалова.- М.: Academia, 2013.- 400 с.
7. Козлов В.И., Цехмистренко Т.А. Анатомия центральной нервной системы. М.: "Мир", "Аст", 2003.- 210 с.
8. Мушкамбаров Н. Н., Кузнецов С. Л., Молекулярная биология, Изд. Медицинское информационное агенство, 2007.- 220 с.
9. Павлов В. И. Вселенская Чистота Сознания и здоровье Человека. Исцеление с помощью мыслеформ / В.И. Павлов. - М.: Золотое Сечение, 2014. - 316 с.
10. Пехов А.П. Биология с основами экологии: Учебник. 7-е изд., стер. – СПб.: Изд-во «Лань», 2007.- 688 с.
11. Поленов Б. В. Защита жизни и здоровья человека в XXI веке. Восемь основных источников опасности для человечества: моногр. / Б.В. Поленов. - М.: Группа ИДТ, 2014. - 720 с.
12. Семенова Надежда. Здоровье здорового человека. Практическая экология XXI века / Надежда Семенова - М.: Диля, 2014. - 128 с.
13. Тейлор Д., Грин Н., Стаут У. Биология: в 3 т. 3-е изд. - М.: Мир, 2004. Том 1 – 454 с. Том 2 - 436 с. Том 3- 451 с.
14. Теплов Б. М. Способности и одарённость. / Психология индивидуальных различий. Тексты. М.: изд-во Моск. Ун-та, 1982,- 136с.
15. Ушакова Д.В. Психология одаренности: от теории к практике – М.: ПЕР СЭ, 2000.- 350 с.
16. Физиология человека: В 3-х томах. Пер. с англ. Под ред. Р. Шмидта и Г. Тевса. – 3-е изд. – М.: Изд-во «Мир», 2005. Том 1 – 323 с., Том 2 – 314 с., Том 3 – 228 с.

17. Хвыля-Олинтер, Андрей Духовная безопасность и духовное здоровье человека, семьи, общества / Андрей Хвыля-Олинтер. - Москва: Гостехиздат, 2012. - 764 с.

18. Шадриков В.Д. Способности, одаренность, талант / Развитие и диагностика способностей. Отв. ред. В.Н. Дружинин, В.Д. Шадриков.- М.: Наука, 1991.

Интернет-ресурсы

<http://school-collection.edu.ru/collection> Газета «Биология» и сайт для учителей «Я иду на урок биологии»

<http://college.ru/biology> В помощь учителю биологии: образовательный сайт ИЕСЭН НГПУ

<http://www.eco.nw.ru> Вся биология: научно-образовательный портал

<http://www.youngbotany.spb.ru> Лауреаты нобелевской премии по физиологии и медицине

<http://n-t.ru/nl/mf> Медицинская энциклопедия. Анатомический атлас

<http://www.mgsun.ru> Опорно-двигательная система человека: образовательный сайт

<http://www.macroevolution.narod.ru> Проект Еcosom: всё об экологии

<http://www.ecosystema.ru> Электронный учебник по биологии

<http://www.anatomcom.ru/> Анатомия человека - атлас

<http://www.anatomus.ru/> Анатомия человека в иллюстрациях

<http://www.sbio.info> Вся биология

<http://bio.1september.ru> Все для учителя биологии

<http://college.ru/biologiya/> Открытый колледж: Биология