**ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ**

**дополнительной общеразвивающей**

**«Мы за здоровый образ жизни»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Структура |  |
|  | Титульный лист |  |
|  | Образовательная организация | МАОУ «Петропавловская районная гимназия» |
|  | Название программы | «Мы за здоровый образ жизни» |
|  | Срок реализации | 1 год |
|  | ФИО автора, должность | Буянтуева Намсалма Цырендашиевна , учитель биологии и химии |
|  | Территория, год | Республика Бурятия, Джидинский район, с.Петропавловка, ул.Ленина 118 (2019-2020 уч. год) |
|  | Пояснительная записка |  |
|  | Тип программы | Дополнительная, общеразвивающая |
| 2.2. | Направленность программы | Естественнонаучная |
| 2.3. | Актуальность | Актуальность программы обусловлена направленностью на осмысление учащимися потребности в самопознании, самосовершенствовании, саморазвитии и побуждению к формированию своего здоровья собственными силами. |
| 2.4. | Цель | * Формирование у учащихся стремления к укреплению своего здоровья, умения управлять собственным здоровьем, за счет получения знаний о здоровом образе жизни. * Воспитание бережного и ответственного отношения к здоровью человека и окружающего его мира. * Формирование культуры здоровья, применяя знания и умения жить в согласии с законами природы и бытия. * Формирования знаний о строении и функционировании систем органов организма человека. * Подготовка учащихся к поступлению в медицинские учебные учреждения. |
| 2.5. | Задачи | * Формирование мотивационной сферы гигиенического поведения, безопасности жизни, нравственно – психологического компонента здорового образа жизни, половое и физическое воспитание. * Формирование прочных знаний о строении организма человека. * Обеспечение физического и психического саморазвития. * Обучение детей здоровому образу жизни. * Создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся. * Воспитание негативного отношения к вредным привычкам, пропаганда здорового образа жизни. * Воспитание у школьников культуры здоровья. * Привитие ученикам первичных медицинских знаний. |
| 2.6. | Отличительные особенности программы | Программа ориентирована на преподавание знаний, которые в других специальных предметах не связываются с сохранением и укреплением здоровья. Это и анатомия, и физиология человека, и элементарные знания по гигиене, психология знания таких методов оздоровления, как закаливание, использование народных средств, аутогенные тренировки, аромо- и фитотерапии, релаксация и т.д. |
| 2.7. | Возраст детей | 15-17 лет |
| 2.8. | Продолжительность занятий | 40 минут |
| 2.9. | Формы занятий | Теоретические занятия – проводятся в виде бесед, лекций, рассказов, устных журналов, викторин и т.д. Показ демонстрационного и иллюстрационного материала.  Практические занятия – проводятся в виде дискуссий, мозговых штурмов, различных соревнований, конкурсов, игр, семинаров, лабораторных работ, экскурсий в медицинские учреждения, дней здоровья, тренингов, круглых столов. А так же в форме исследовательских работ, оформлении тематических альбомов, стендов, раскладушек, стенгазет, составление и распространение листков здоровья. |
| 2.10. | Режим занятий | Занятия проводятся 2 раза в неделю по одному академическому часу |
| 2.11. | Ожидаемые результаты | **Личностные:**   * активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; * проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; * проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей; * оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.   **Познавательные:**   * начнут осознанно использовать знания при планировании и соблюдении режима дня, правильного образа жизни; * узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращении и в целом на весь организм; * освоят первичные навыки по профилактике заболеваний различных систем органов организма человека; * научатся выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения; * в процессе коллективной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия. |
| 2.12. | Способы определения результативности | * положительная динамика социальной и творческой активности обучаемых, подтверждаемая результатами их участия в конкурсах различного уровня, семинарах, открытых занятиях; * повышение коммуникативности; * появление и поддержание мотивации к углубленному изучению биологии; * умение пользоваться современными источниками информации и давать аргументированную оценку информации по биологическим вопросам; работать с научной и учебной литературой; * сформировавшиеся биолого-валеологические знания, умения и навыки, одновременно приобретенные навыки организации внеклассной работы: проведения викторин, бесед * ведение здорового образа жизни. |
| 2.13. | Формы контроля | 1. Тестирование.  2. Занятие контроля знаний.  3. Смотр знаний, умений и навыков  4. Дискуссия.  5. Проектно-исследовательская работа.  6. Конференция.  7. Творческий отчет о экскурсии, о проведении опыта, наблюдения, о проведении внеклассного мероприятия.  8. Отчетная выставка.  9. Наблюдение.  10. Фронтальный опрос.  11. Практическая работа. |
|  | Учебно-тематический план |  |
|  | Перечень разделов, тем | Введение (2ч)  Кровеносная система (16ч)  Пищеварительная система (9ч)  Выделительная система (6ч)  Дыхательная система (6ч)  Опорно-двигательная система (8ч.)  Половая система (4ч)  Нервная система (10ч)  Факторы, влияющие на здоровье человека (11ч) |
|  | Количество часов по темам (теория, практика, всего) | Введение: 1ч-теория, 1ч –практикум  Кровеносная система: 3ч- теория, 13ч- практикум  Пищеварительная система: 3ч- теория, 6ч.-практикум  Выделительная система: 6ч – практикум  Дыхательная система: 6ч – практикум  Опорно-двигательная система: 1ч- теория, 7ч-практикум  Половая система: 2ч- теория, 2ч. – практикум  Нервная система: 4 ч – теория, 6ч – практикум  Факторы, влияющие на здоровье человека  : 4ч.-терия, 7ч – практикум |