

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Омской области, Управление образования  
Администрации Любинского муниципального района Омской области.

МБОУ «Новоархангельская СОШ»

Рассмотрено  
На заседании Педагогического  
совета  
Протокол № 1 от 15 августа 2024 г.

Согласовано:  
Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_  
Понякшина С. Ф.

Утверждаю:  
Директор МБОУ  
Новоархангельская СОШ  
\_\_\_\_\_  
Комендант Е. Н.  
Приказ № 109 от 15 августа  
2024г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности по теме  
«Секреты моего тела»

для обучающихся 8 классов  
на 2024-2025 учебный год

Составитель: Рукина Ирина Сергеевна,  
учитель биологии и географии

с. Новоархангелка 2024 г

## Пояснительная записка

Общеобразовательная программа «Секреты моего тела» составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон Российской Федерации от 14 июля 2022 года № 261-ФЗ «О российском движении детей и молодежи».
- Приказ Минпросвещения России от 31. 05. 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (далее — приказ Минпросвещения об утверждении ФГОС НОО).
- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 5 июля 2022 года № ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций».
- Письмо Минпросвещения России от 17. 06. 2022 г. № 03-871 «Об организации занятий "Разговоры о важном"».
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 16. 11. 2022 г. № 992 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован 22. 12. 2022 г. № 71762).
- Федеральный проект «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации».
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29. 05. 2015 г.)
- План мероприятий по реализации в 2021–2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12 ноября 2020 г. № 2945-р).
- План основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 23 января 2021 г. № 122-р)

Общебиологические знания необходимы не только специалистам, но и каждому человеку в отдельности. Вовлечь школьников в процесс познания живой природы, заставить их задуматься о тонких взаимоотношениях внутри биоценозов, научить высказывать свои мысли и отстаивать их - это основа организации внеурочной деятельности, т.к. биологическое образование формирует у подрастающего поколения понимание жизни как величайшей ценности.

**Направленность программы:** естественно - научная

**Уровень:** базовый.

**Актуальность программы** курса обусловлена тем, что знания и умения, необходимые для организации учебно-исследовательской деятельности, в будущем станут основой для реализации учебно-исследовательских проектов в старшем звене школы. Программа курса позволяет реализовать актуальные в настоящее время компетентный, личностно-ориентированный, деятельностный подходы.

**Новизна программы** заключается в сочетании различных форм работы, направленных на дополнение и углубление биологических знаний, с опорой на практическую деятельность с учетом региональных особенностей. Среди отличительных особенностей данной дополнительной образовательной программы можно назвать следующие: охватывает большой круг естественно-научных исследований и является дополнением к базовой учебной программе общеобразовательной школы.

**Курс рассчитан** на 34 часа и включает теоретические и практические занятия. Содержание программы связано с предметами естественнонаучного цикла.

**Адресат.** Возраст обучающихся: 10-15 лет.

**Учебная группа** состоит из 10-14 обучающихся.

**Формы и режим занятий:**

Форма обучения - очная (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17).

Формы организации образовательной деятельности - групповые.

Режим занятий: количество занятий - 1 час в неделю (34 часа в год).

### **Цель и задачи**

Цель - формирование следующих компетенций: ценностно-смысловых, общекультурных, учебно-познавательных, информационных и метапредметных.

### **Задачи**

**Развивающие** - Формирование мировоззрения, связанного с ценностными представлениями ученика, его способностью видеть и понимать окружающий мир, ориентироваться в нём, осознавать свою роль и предназначение, уметь выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков, принимать решения

**Воспитательные** - Способствовать ознакомлению с особенностями национальной и общечеловеческой культуры, с духовно-нравственными основами жизни человека и человечества, с культурологическими основами семейных, социальных, общественных явлений и традиций, с ролью науки и религии в жизни человека, их влиянием на мир.

**Обучающие** - Способствовать формированию умений самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию, организовать, преобразовать, сохранить и передать её. Формировать умения применять биологические знания в повседневной жизни для объяснения и оценки разнообразных природных явлений и процессов.

## **1. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, УЧЕБНОГО КУРСА (В ТОМ ЧИСЛЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ), УЧЕБНОГО МОДУЛЯ.**

### Раздел 1. Введение (4 часов)

**Теория** Включает в себя занятия по изучению истории развития науки анатомии как части биологии, методов изучения, значения в современном мире. Обсуждаются правила поведения в кабинете биологии. Проводится вводный инструктаж.

**Практическая часть** виртуальная экскурсия в ЦРБ

### Раздел 2. Основа основ (9 часов)

**Теория** Включает теоретические и практические занятия по изучению строения нейрона и нервной ткани. Учащиеся знакомятся с историей открытия клеточного строения, заслугами великих естествоиспытателей и учёных для развития цитологии. Совершенствуют навыки работы с микроскопом и приготовления микропрепаратов. Рассматривают под микроскопом и выявляют черты различия и сходства у клеток разных тканей. Изучают строение нейрона, виды нейронов, строение нервной ткани. Содержание учебных занятий способствует дальнейшему формированию у учащихся представлений о клеточном строении организмов, в том числе человека, об особенностях строения, функционирования и значения нервной ткани и нервной системы. дуга. Железы внутренней секреции. Эндокринный аппарат. Его роль в общей регуляции функций

организма человека. Нервная система человека. Рефлекс. Состав центрального и периферического отделов нервной системы. Вегетативная нервная система. Строение спинного и головного мозга. Питание. Система пищеварения. Роль ферментов в пищеварении. Дыхание. Система дыхания. Внутренняя среда организма: кровь, лимфа, тканевая жидкость. Кровь и кровообращение. Состав и функции крови. Кровотворение. Роль клеток крови в жизнедеятельности организма. Взаимосвязь систем внутренней среды организма: крови, лимфы и тканевой жидкости. Иммуитет. Системы иммуитета. Виды иммуитета. Клеточный и гуморальный иммуитет. Кровеносная система. Сердце. Работа и регуляция. Транспорт веществ. Кровеносная и лимфатическая системы. Структурно функциональные единицы органов. Обмен веществ и превращение энергии в организме человека. Витамины. Выделение продуктов жизнедеятельности. Система выделения. Структурнофункциональные единицы органов. Покровы тела и их функции. Размножение и развитие организма человека. Система размножения. Индивидуальное развитие человека. Эмбриональный и постэмбриональный периоды. Структурнофункциональные единицы органов. Наследование признаков у человека. Наследственные болезни, их причины и предупреждение. Опора и движение. Опорно- двигательный аппарат. Структурнофункциональные единицы органов. Органы чувств, их роль в жизни человека. Структурно-функциональные единицы органов.

**Практическая часть** Лабораторная работа №1 «Рассматривание под микроскопом эпителиальной, мышечной, костной, нервной ткани». Лабораторная работа №2 «Роль ферментов в пищеварении»

Лабораторная работа № 3 «Подсчёт пульса в разных условиях и измерение артериального давления».

Лабораторная работа №4 «Функциональные пробы с задержкой дыхания на вдохе и выдохе»

Лабораторная работа №5 «Утомление при статической и динамической работе»

### Раздел 3. Тайны восприятия (8 часов)

**Теория** учебных занятий раздела способствует формированию у школьников знаний об особенностях высшей нервной деятельности человека, её материальной основе, проявлениях, значении для жизни в социуме, для учебной и трудовой деятельности. Учащиеся познакомятся с понятием «восприятие» (перцепция), важностью этого процесса для ориентации человека в окружающем мире. Получат представление о механизме восприятия, сенсорной адаптации, законах организации восприятия, видах восприятия, иллюзиях восприятия. Изучение внимания как проявления ВНД, его свойств необходимо школьникам для формирования основных компетенций, в первую очередь образовательной, т. к. концентрация и устойчивость внимания - важные условия достижения успеха в любой деятельности.

В ходе **практической работы** познакомятся с приёмами концентрации внимания, управления вниманием. Значительная часть времени отводится на приобретение знаний о памяти, её видах, возможностях, механизмах запоминания, о забывании как психическом процессе. Учащиеся приобретут знания о явлении дежавю, о нарушениях памяти и причинах этого явления. Практические работы помогут учащимся определить свой ведущий тип памяти, приобрести опыт организации запоминания материала. Ребята приобретут навыки правильного запоминания, подготовки к экзаменам. Знакомство с мышлением как феноменом психики будет способствовать формированию образовательной компетенции школьников. Вербальное, образное, символическое мышление, абстрактное мышление, инструменты мышления и его парадоксы - важные составляющие мыслительного процесса, необходимые для приобретения теоретических и практических знаний. Понятие об алгоритме, знание эвристических приёмов будут способствовать формированию 3 универсальных учебных действий учащихся. Метапредметные навыки учащихся включают способность к рефлексии, т. е. овладение особым навыком, который заключается в умении осознавать направленность внимания, отслеживать свое психологическое состояние, ощущения и мысли, любое размышление

личности, которое направлено на самоанализ. Формирование навыков рефлексивной деятельности предусмотрено на практическом занятии (тренинге). В данном разделе планируется проведение практических работ и тренингов, работа над проектами и их защита.

**Практическая часть** Практическая работа «Тест для проверки внимания "Корректирующая проба"».

Практическая работа «Тест на определение ведущего типа памяти».

Практическая работа «Исследование опосредованного запоминания». Практическая работа «Исследование преобладающего типа запоминания». Практическая работа «Определение типов мышления и уровня креативности». Тренинговое занятие «Развитие творческого воображения».

Тренинг «Я и мой внутренний мир».

#### Раздел 4. Человек - существо социальное (13 часов)

**Теория** раздела способствует дальнейшему формированию у школьников коммуникативной компетентности и положительной Я-концепции, самосознания через освоение азов психологии общения. Теоретические знания о значении общения, эффекте присутствия, видах, стилях общения, коммуникативных стратегиях, правилах, этикете общения закрепляются в ходе практических занятий и тренингов. Изучение материала данного раздела позволит учащимся приобрести знания о барьерах в общении, препятствиях, мешающих нормальным взаимоотношениям, об управлении своими эмоциями и чувствами, о способах и приёмах конструктивного выражения негативных чувств. Поскольку в подростковом возрасте ведущей является коммуникативная деятельность, знание правил эмпатического слушания, приёмов расположения к себе, умение конструктивного разрешения конфликтов актуальны. Учащиеся приобретут знания, связанные с социально-психологическими особенностями взаимодействия людей в малой группе, необходимые для развития навыков уверенного отказа, овладеют приёмами противостояния давлению. В данном разделе планируется проведение практических работ и тренингов, работа над проектами и их защита

**Практическая часть** Практическая работа «Исследование уровня эмпатийных тенденций». Практическая работа «Ваша коммуникативная толерантность». Социально-психологический тренинг эффективного общения. В данном разделе планируется проведение практических работ и тренингов, работа над проектами и их защита.

#### **Формы аттестации.**

Для оценки результативности учебных занятий применяется входной, текущий и итоговый контроль.

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Входной контроль		
В начале учебного года	Определение имеющихся знаний и творческих способностей обучающихся.	Тест закрытого типа.
Текущий контроль		

В течение всего учебного года.	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Выявление обучающихся, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Собеседование, компьютерное тестирование
Промежуточная аттестация		
В конце первого полугодия.	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение результатов обучения.	Тест закрытого типа.
В конце второго полугодия.	Определение результатов обучения.	Тест закрытого типа.
Итоговая аттестация		
По завершению обучения по общеобразовательной общеразвивающей программе	Определение уровня развития обучающихся. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения.	Защита индивидуальных и групповых проектов

### Оценочные материалы, формирующие систему оценивания.

Для определения результативности усвоения программы используются различные формы аттестации/контроля:

**Наблюдение** - целенаправленный сбор сведений о фактах поведения и деятельности обучающегося в различных естественных условиях.

**Практическое задание** - это форма используется с целью отслеживания на различных этапах знаний, умений и навыков. Строится на сочетании индивидуальных, групповых и фронтальных форм. Практическое задание обучающиеся выполняют индивидуально в устной или письменной форме.

**Тест** - система стандартизованных заданий позволяющих автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающихся.

**Выставка** - это форма контроля, осуществляемая с целью определения уровня мастерства, культуры, техники исполнения творческих продуктов, а также с целью выявления и развития творческих способностей обучающихся.

**Кроссворд** – задача, построенная на пересечении слов. В клетки, начиная с числового обозначения, нужно вписать ответы к предложенным значениям слов. Загадываются

имена существительные в именительном падеже единственного числа. В зависимости от уровня подготовленности детей дается подробное или краткое объяснение термина.

**Проект** - это форма организации совместной деятельности ученика (учеников) и руководителя (педагога, родителей), направленная на достижение поставленной цели и решение проблемы, значимой для учащегося, оформленная в виде конечного продукта.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тайн человеческого организма» предусматривает следующие формы контроля: входной контроль, текущий контроль, промежуточная аттестация, итоговая аттестация. Входной контроль применяется при поступлении обучающегося в организацию в форме тестирования.

Текущий контроль определяется в течении учебного года, выявляется степень усвоения обучающимися учебного материала, выявление отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.

Промежуточная аттестация проводится два раза в год, за I и II полугодие в форме тестирования.

Итоговая аттестация проводится в конце учебного года в форме научнопрактической конференции, где учащиеся представят свои исследовательские проекты. Примерные темы проектов: «Говорящие черты»,

«Левые и правые»,

«Кто я такой»,

«Наследие предков или заслуга воспитателей?»,

«Как вырастить гения».

## **2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, УЧЕБНОГО КУРСА (В ТОМ ЧИСЛЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ), УЧЕБНОГО МОДУЛЯ.**

### **Личностные:**

- ✓ формирование ответственного отношения к учению, способности обучающихся к саморазвитию, самообучению на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению индивидуальной траектории образования;
- ✓ знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;
- ✓ формирование ценностного отношения к собственному психологическому здоровью и толерантного отношения к окружающим;
- ✓ формирование познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение собственного организма;
- ✓ формирование способности к конструктивному повседневному и деловому общению; ^ формирование коммуникативной компетенции в общении и сотрудничестве со сверстниками, педагогами;
- ✓ формирование универсальных учебных действий; развитие творческого мышления учащихся.

### **Метапредметные:**

- ✓ овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности, умение видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, проводить эксперименты, описывать и анализировать полученные данные, делать выводы из исследования;
- ✓ умение соотносить свои действия с планируемыми, осуществлять самоконтроль, коррекцию своих действий в соответствии с изменившейся ситуацией;
- ✓ умение организовывать совместную деятельность в рамках учебного сотрудничества, работать индивидуально и в группе;
- ✓ умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- ✓ развитие навыков прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса;
- ✓ формирование умений работать с различными источниками информации: печатными изданиями, научно-популярной литературой, справочниками, Internet, ЭОР; формирование ИКТ компетенции;

- ✓ развитие умения анализа статистических данных, их обработки, составления диаграмм, таблиц, схем;
- ✓ формирование навыков адекватного использования речевых средств, при ведении дискуссий, аргументированного отстаивания своей точки зрения; развитие коммуникативных качеств личности школьников, навыков совместной деятельности в коллективе.

**Предметные:**

- ✓ формирование и систематизация знаний, учащихся об особенностях строения и функционирования клетки как структурной единицы организма человека; особенностях нервной клетки как основного элемента нервной ткани;
- ✓ актуализация, углубление знаний о строении, значении и функционировании системы органов организма человека
- ✓ формирование знаний о нервной системе как материальной основе высшей нервной деятельности; о видах ВНД;
- ✓ овладение знаниями о ВНД и методиками определения типов памяти, темперамента, коммуникативных качеств, устойчивости к стрессу;
- ✓ овладение учащимися методами биологической науки: наблюдение, проведение простейших исследований, постановка экспериментов и объяснение их результатов.

**Ученик научится:**

- характеризовать особенности строения и процессов жизнедеятельности организма человека
- ориентироваться в системе познавательных ценностей: оценивать информацию о живых организмах, получаемую из разных источников; последствия деятельности человека в природе.
- применять методы биологической науки, ставить несложные биологические эксперименты и объяснять их результаты, описывать биологические объекты и процессы;
- применять методы биологической науки при изучении организма человека: проводить наблюдения за состоянием собственного организма, измерения, ставить несложные биологически эксперименты и объяснять их результаты;
- сравнивать клетки, ткани, процессы жизнедеятельности организма человека; выявлять взаимосвязи между особенностями строения клеток, тканей, органов, систем органов и их функциями;
- ориентироваться в системе познавательных ценностей: оценивать информацию об организме человека, получаемую из разных источников, последствия влияния факторов риска на здоровье человека.

**Ученик получит возможность научиться:**

- использовать на практике приёмы оказания первой помощи при простудных заболеваниях, ожогах, обморожениях, травмах, спасении утопающего; рациональной организации труда и отдыха; проведения наблюдений за состоянием собственного организма;
- выделять эстетические достоинства человеческого тела;
- реализовывать установки здорового образа жизни;
- анализировать и оценивать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к здоровью своему и окружающих; последствия влияния факторов риска на здоровье человека.



**3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, ВОЗМОЖНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭОР И ЦОР ПО КАЖДОЙ ТЕМЕ.**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Примечание
<b>Раздел 1. Введение (4 часов)</b>			
1	Техника безопасности в кабинете биологии. Вводное тестирование	1	
2	Науки, изучающие человека. История и развития науки анатомии как части биологии.	1	Знакомство с цифровой лабораторией Releon и Zarnitza
3	Ученые, внесшие вклад в развитие науки о человеке	1	
4	Методы изучения организма человека	1	Использование цифровой лаборатории Zarnitza
<b>Раздел 2. Основа основ. Анатомия и физиология организма человека (9 часов)</b>			
5	Клетка - основа основ. Типы тканей человека. Лабораторная работа №1 Особенности строения тканей тела человека.	1	использование цифрового оборудования Releon : USB-микроскоп. Знакомство с цифровым микроскопом levenhuk
6	Строение нейрона, виды нейронов. Нервная ткань и её особенности. Рефлекторный принцип работы нервной системы.	1	
7	Нервная система человека. Головной мозг	1	
8	Нейро - гуморальная регуляция процессов жизнедеятельности организма.	1	
9	Лабораторная работа №2 «Роль ферментов в пищеварении»	1	
10	Дыхание. Система дыхания.	1	Использование цифровой лаборатории Zarnitza, датчики
11	Роль клеток крови в жизнедеятельности организма. Иммуитет	1	Использование цифровой лаборатории Zarnitza, датчики
12	Лабораторная работа №3 «Подсчёт пульса в разных условиях и измерение артериального давления».	1	Использование цифровой лаборатории Zarnitza, датчики
13	Лабораторная работа №4 «Функциональные пробы с задержкой дыхания на вдохе и выдохе»	1	Использование цифровой лаборатории Zarnitza, датчики
<b>Раздел 3 Тайны восприятия (8 часов)</b>			
14	Особенности ВНД человека, её материальная основа, проявление, значение для жизни в социуме, для учебной и трудовой деятельности	1	
15	Законы организации восприятия Внимание. Свойства внимания, управление вниманием. Лабораторная работа №5 Изучение влияния освещенности на физическое	1	Использование цифровой лаборатории Zarnitza, датчики

	здоровье людей		
16	Память, её виды, возможности, механизмы запоминания, забывание. Правила запоминания. Как готовиться к экзаменам	1	
17	Практическая работа «Тест на определение ведущего типа памяти».	1	
18	Практическая работа «Исследование Преобладающего типа запоминания».	1	
19	Мышление и его виды. Стили мышления. Практическая работа «Определение типов мышления и уровня креативности».	1	
20	Тренинговое занятие «Развитие творческого воображения»	1	
21	Темперамент и характер. Типы темперамента. Тренинг «Я и мой внутренний мир	1	
Раздел 4. Человек - существо социальное (13 часов)			
22	Виды и стили общения.	1	
23	Практическая работа «Исследование уровня эмпатийных тенденций».	1	
24	Стратегия конфликта.	1	
25	Практическая работа «Ваша коммуникативная толерантность».	1	
26	Поведение в конфликтной ситуации	1	
27	Грамматика отношений.	1	
28	Коммуникативные стратегии	1	
29	Личностное самосовершенствование человека	1	
30	Социально-психологический тренинг эффективного общения	1	
31	Промежуточное тестирование	1	
32	Работа по подготовке к защите проектов	1	
33-34	Защита проектов	2	
	Кол-во часов	34	