

**Муниципальное казенное учреждение
центр развития образования при управлении образования администрации
муниципального образования город-курорт Анапа**

РЕЦЕНЗИЯ
на рабочую программу элективного курса по биологии
«Здоровый образ жизни» учителя биологии
Алексеевой Татьяны Петровны
МБОУ СОШ № 12 им. А. Каширина
город-курорт Анапа

Программа элективного курса «Здоровый образ жизни» составлена в соответствии с требованиями ФГОС на основе требований к результатам освоения общее среднее образование образовательной программы МБОУ СОШ № 12 им. А. Каширина.

Срок реализации программы: 1 год, 1 час в неделю, 34 часа в год

Структура программы отвечает требованиям, предъявляемым к составлению программ элективных курсов и включает в себя: пояснительную записку, содержание программы, календарно – тематический план, перечень планируемых результатов, материально – техническое обеспечение программы.

Программа обеспечена методической литературой, учебном – методическим материалом

Элективный курс «Здоровый образ жизни» позволит учащимся систематизировать, расширить и укрепить знания по основным темам предмета основной школы, углубить и расширить знания по темам: здоровое питание, режим дня и сбалансированный образ жизни.

Курс поможет наиболее качественно подготовить учащихся к полноценной жизни.

Данный курс имеет прикладное и общеобразовательное значение, способствует развитию логического мышления учащихся, систематизации знаний при подготовке к выпускным экзаменам. Используются различные формы организации занятий, такие как лекция и семинар, групповая, индивидуальная деятельность учащихся.

Рабочая программа элективного курса «Здоровый образ жизни» рекомендована для обучения учащихся 8 классов и может быть использована в учебном процессе.

06.09.2021

Специалист

Директор



Л.Г. Чеботарь

Д.В. Пожиленков

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 12
ИМЕНИ КАВАЛЕРА ОРДЕНА МУЖЕСТВА АЛЕКСАНДРА КАШИРИНА**

ПРОГРАММА

ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА

ПО БИОЛОГИИ

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

СТУПЕНЬ ОБУЧЕНИЯ (КЛАСС) 8 КЛАСС

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ 17

**СОСТАВИЛА:
УЧИТЕЛЬ БИОЛОГИИ
АЛЕКСЕЕВА ТАТЬЯНА ПЕТРОВНА**

г.Анапа 2020г

Пояснительная записка

Человечество в целом и каждый человек как индивидуум растет и развивается, взаимодействуя с окружающей средой – природной, антропогенной, социальной, производственной. Человек живет в определенной культурной среде, которая включает материальные и духовные ценности, созданные рядом поколений людей.

Темы курса помогают осознать непреходящую ценность природы для удовлетворения материальных, познавательных, эстетических и духовных потребностей человека, понять, что человек – это часть природы, его назначение – понять законы по которым живет и развивается природа, и в своих поступках руководствоваться этими законами.

Своим появлением направление курса обязано все более четкому осознанию того факта, что общество не справляется с проблемами здоровья, не использует для его сохранения достижения прогресса. Решая проблему за счет интеграции, данный курс обеспечивает активное включение учащихся в творческую работу, поиск.

Элективный курс не только расширяет и систематизирует знания учащихся, но и рассматривает основные общебиологические понятия и закономерности.

Темы курса дают учащимся определенные знания об опасных заболеваниях, которые могут повредить здоровью.

Тематика курса помогает школьникам осознать себя в окружающем мире, понять, что здоровье – это достояние всего общества, поэтому каждый человек должен относиться бережно к себе и своему здоровью.

Все темы курса помогают учащимся в осознании того, что человек – это биосоциальное создание: с одной стороны, это биологическое существо и у него есть биологические потребности, а с другой стороны, человек – это личность.

Программа рассчитана на 17 часов (1 час в неделю в первом или втором полугодии для 8 класса). Курс направлен на максимальную адаптацию человека к жизни, здоровому образу жизни.

Заканчивается курс обобщающими уроками, на которых учащиеся выступают со своими исследовательскими работами по одной из тем курса.

Цели курса:

- Развитие интереса к получению знаний о человеке как явлении природы.
- Формирование у учащихся нетерпимого отношения к ухудшающейся окружающей среде, наносящей ущерб здоровью людей
- Формирование негативного отношения к вредным привычкам.

-Формирование адекватного поведения учащихся, направленного на выздоровление в случае заболевания.

- Знакомство с основами правильного питания.

-Развитие творческого потенциала учащихся: умение выполнять рефераты, исследовательскую и практическую работы по темам курса.

Задачи курса:

1. Объяснить: что такое здоровье и болезнь, здоровый образ жизни.

2. Рассказать о последствиях прямого и косвенного воздействия среды на здоровье человека.
3. Вспомнить традиции русской национальной культуры в оценке здоровья человека.
4. Назвать самые важные факторы здоровья и риска заболеваний для сохранения и укрепления здоровья.
5. Разъяснить понятие исторического подхода к проблеме развития человека как биологического вида.
6. Разъяснить понятие социально-психологической среды и предъявляемые ею требования к современному человеку.
7. Рассказать влияние вредных привычек на состояние здоровья человека.
8. Назвать основные требования к охране труда.
9. Разъяснить: что такое рациональное питание.
10. Убедить о влияние ближайшего окружения: домашних условий, социума на организм человека.
11. Назвать меры по улучшению качества окружающей среды.

Методы работы: лекции, беседы, дискуссии, семинары, ролевые игры.

Ожидаемые результаты

1. Объяснять необходимость знаний о здоровье для каждого культурного человека.
2. Сопоставлять характеристику понятий «здоровье» и «болезнь».
3. Объяснять влияние факторов здоровья и риска болезни на увеличение смертности.
4. Объяснять связь наследственных болезней с изменением генотипа человека.
5. Давать характеристику природной среды своей местности, своей квартиры.
6. Предотвращать негативное влияние стресса на здоровье человека.
7. Анализировать и оценивать образ жизни себя самого и своей семьи.
8. Составлять и обосновывать основные требования к образу жизни человека с целью сохранения и укрепления собственного здоровья.
9. Составлять рацион питания, полезный для здоровья человека, учитывая индивидуальные особенности.
10. Уметь сказать «нет!» вредным привычкам.

Тематическое планирование

п/п	Темы занятий	Количество часов
	Введение. Предмет и задачи курса «За здоровый образ»	1
2.	Психика и здоровье. Механизмы психической защиты	1
3.	Здоровый образ жизни: творчество и долголетие	1
4	Жизнь в экстремальных условиях	1
5.	Природная среда – источник инфекционных заболеваний	1
	Поселения как среда жизни. Среда жилого помещения	1
7	Шум и здоровье	1
8	Образ жизни моей семьи	1

	Совы и жаворонки, или природа биологических ритмов	1
	Культура питания	1
	Лечение музыкой	1
	Слова-паразиты	1
	Бранное слово	1
	Мед и пчелы	1
15.	Алкоголизм, табакокурение, наркомания – болезни химической зависимости	1
16.	«Вредным привычкам – нет!» - выступление агитбригады	1
17.	Урок-отчет об исследовательской работе по одной из тем курса	1

Итого: 17 часов.

Содержание курса

Тема 1. Введение в предмет, задачи курса «За здоровый образ жизни». (1 час)

Тема 2. Психика и здоровье. Механизмы психической защиты. (1 час)

Тема 3. Здоровый образ жизни: творчество и долголетие. (1 час)

Тема 4. Жизнь в экстремальных условиях.(1 час)

Тема 5. Природная среда - источник инфекционных заболеваний. (1 час)

Тема 6. Поселение как среда жизни. Среда жилого помещения.. (1 час)

Тема 7. Шум и здоровье.(1 час)

Тема 8. Образ жизни моей семьи.(1 час)

Тема 9. «Совы» и «жаворонки», или природа биологических ритмов. (1 час)

Тема 10. Культура питания. (1 час)

Тема 11. Лечение музыкой. (1 час)

Тема 12. Слова-паразиты. (1 час)

Тема 13. Бранное слово. (1 час)

Тема 14. Мед и пчелы. (1 час)

Тема 15. Алкоголизм, табакокурение, наркомания - болезни химической зависимости. (1 час)

Тема 16. Вредным привычкам – «нет» - выступление агитбригады. (1 час)

Список рекомендуемой литературы

1. Белоусова О. С. Вредным привычкам – нет! Изд. 2004г.
2. Веселова О. В. Наркотики: жизнь или смерть. Изд. 2005г.
3. Еремина О. А. Если хочешь быть здоров. Изд. 2005г.
4. Зверев М. Д. Воспитание учащихся в процессе обучения биологии. Просвещение 1984г.
5. Колесов Д. В. Здоровье школьников – новые тенденции. Изд 2005г.
6. Журналы «Здоровье» за 1999-2006г.
7. Носова Л. В. Шум и здоровье человека. Биология в школе. 1999г.

№2.

8. Хрипкова А. Г. Гигиена издоровье школьников. Просвещение 1988г.
9. Скочкова Т. Н. Наркомания: источник, сущность, последствия. Биология в школе 1999г. №5.

Настоящий диплом свидетельствует о том, что

Алексеева

Татьяна Петрова

с 04 июня 2021 г. по 01 сентября 2021 г.

пропел(-ла) профессиональную переподготовку в (на)

ООО «Инфоурок»

по программе

«Выполнение микробиологических работ»

000000107072

Документ о квалификации

Решением от
01 сентября 2021 г.

диплом предоставляет право
на ведение профессиональной деятельности в сфере

микробиологии
и подтверждает присвоение квалификации

Микробиолог 1 категории

Регистрационный номер 103680

Город **Смоленск**

Дата выдачи 01 сентября 2021 г.



Секретарь

Воробей А.С.

Розанова Н.Н.

Шишко В.А.

Боробей А.С.



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования

«Институт развития образования» Краснодарского края

ГБОУ «Институт развития образования» Краснодарского края
(наименование образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)

по теме:

(написание программы, темы практики дополнительного профессионального образования)

«Профилактика идеологии экстремизма среди подростков»

..... 16 часов

в объеме (количество часов)

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам
программы:

Наименование	Объем	Оценка
Основные виды и формы экстремизма	4 часа	зачтено
Информационное противодействие распространению экстремизма	4 часа	зачтено
Патриотическое воспитание как профилактика экстремизма в образовательной среде	8 часов	зачтено

Пометка о выдаче копии верна (на) (написание предмета, организаций, учреждений)



Исправленная пометка о выдаче копии верна (на) (написание предмета, организаций, учреждений)

Ректор Т.А. Гайдук

Секретарь Т.Н. Чиркова

Регистрационный номер № 6790/21

Город Краснодар

Дата выдачи 10 июня 2021 г.

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что
Алексеева Татьяна Петровна

(фамилия, имя, отчество)

с «... 8 ...» июня 2021 г. по «... 10 ...» июня 2021 г.

прошел(а) повышение квалификации в
ГБОУ «Институт развития образования» Краснодарского края

(наименование образовательного учреждения (подразделения) дополнительного профессионального образования)

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования» Краснодарского края

(наименование образовательного учреждения (института) дополнительного профессионального образования)

по теме: (наименование предмета, темы программы дополнительного профессионального образования)

с «21» января 2019^(грифом, ини. отчество) 07 февраля 2019
протекла(а) повышение квалификации в
ГБОУ «Институт развития образования» Краснодарского края
(наименование образовательного учреждения (института) дополнительного профессионального образования)

по теме:
«Методологические особенности преподавания Биологии в условиях реализации ФГОС ООО и СОО»

В объеме 108 часов
(количество часов)

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

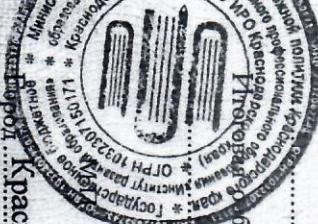
Наименование	Объем	Оценка
Государственная политика в области образования	8 часов	зачтено
Психолого-педагогические условия реализации ООП ФГОС ООО и СОО	20 часов	зачтено
Формирование профессиональных компетенций педагогических работников в условиях ФГОС	8 часов	зачтено
Современные методологические подходы к обучению биологии с учетом требований ФГОС ООО и СОО	20 часов	зачтено
Преподавание биологии в условиях ФГОС ООО и СОО	28 часов	зачтено
Системно-деятельностный подход в преподавании биологии как основа личностно-ориентированного обучения в условиях реализации ФГОС ООО и СОО	24 часа	зачтено

Протекла(а) стажировку в (на)
(наименование места, организаций, учреждений)

о работе на тему:
(наименование предмета,



Регистрационный номер № 838/19



Ректор *И.А. Никитина* Т.Н.Мокеева
Секретарь *Г.Ю. Григорьев* Дата выдачи 07 февраля 2019 г.

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что
Алексеева Татьяна Петровна

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования

«Институт развития образования» Краснодарского края

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Алексеева Татьяна Петровна

с « 13 » марта 2018 (Фамилия, имя, отчество) г. по « 22 » ноября 2018 ()

г.

принял(а) повышение квалификации в

ГБОУ «Институт образования» Краснодарского края

(наименование образовательного учреждения) дополнительного профессионального образования

«Актуальные проблемы деятельности тьюторов с учителями

биологии в период перехода на новые образовательные стандарты и

при подготовке к итоговой аттестации»

в объеме 16 часов

(количество часов)

За время обучения сдал(а) зачеты и экзамены по основным дисциплинам программы:

Наименование	Объем	Оценка
Дептельность тьютора в образовательной сфере на муниципальном уровне в период подготовки к итоговой аттестации	8 часов	зачтено
Особенности подготовки учащихся к ЕГЭ и ГИА-9 2019 с учетом итогов государственной итоговой аттестации 2018 г.	8 часов	зачтено

УДОСТОВЕРЕНИЕ
о повышении квалификации

231200452810



Регистрационный номер № 12574/18

Город..Краснодар..

Дата выдачи 22 ноября 2018 г.

Ректор

И.А. Никитина

Секретарь

Т.Н.Моксова



ГРАМОТА

НА ГРАЖДАЕТСЯ

АЛЕКСЕЕВА
ПАМЬЯНЯ ПЕТРОВНА

учитель биологии
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы № 12

лауреат III степени муниципального
этапа краевого конкурса
«Учитель года Кубани-2017»
в основной номинации

приказ УО от 22.03.2017г. № 352

Начальник управления
образования

Н.В. Микутиюк



Анапа
2017



ПОЧЕТНАЯ ГРАМОТА

НАГРАЖДАЕТСЯ

**АЛЕКСЕЕВА
ТАТЬЯНА ПЕТРОВНА,**

учитель биологии
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения
средней общеобразовательной школы № 12
муниципального образования город-курорт Анапа
имени кавалера ордена Мужества Александра Каширина

**за высокий профессионализм, достигнутые успехи
в образовании и воспитании подрастающего
поколения и в связи с празднованием Дня учителя**

приказ УО от 27.09.2019 № 1052

Исполняющий обязанности
начальника управления образования

Е.А. Быкова

Анапа-2019

