

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КЯХТИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
871840, Республика Бурятия, Кяхтинский район, г. Кяхта, ул. Каланцарячихи, 1  
тел. 8 (30142)91-9-92, school\_2\_kyakhita@kyakhita.ru

«Рассмотрено» Руководитель МО Воронцова И.А. _____ <i>И.А. Воронцова</i> Протокол № 1 от « 26 » 08 2024 г.	«Согласовано» Заместитель директора по УВР МБОУ КСОШ №2 Исмагилова Н.В. _____ <i>Н.В. Исмагилова</i> от « 26 » 08 2024 г.	«Утверждаю» директор школы Гусляков М.Г. _____ <i>М.Г. Гусляков</i> Приказ № 209 от « 26 » 08 2024 г. х.п.
---	--	--

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление: спортивно - оздоровительное

«Культура здоровья и безопасная среда» в 5-- 9 классах

Составитель: учитель технологии: Балкина А. В.

г. Кяхта, 2024 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КЯХТИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
671840, Республика Бурятия, Кяхтинский район, г. Кяхта, ул. Каландарашвили, 1  
тел. 8 (30142)91-9-92, [school\\_2\\_kyakhta@govrb.ru](mailto:school_2_kyakhta@govrb.ru)

«Рассмотрено» Руководитель МО Воронина И.А. /_____/	«Согласовано» Заместитель директора по УВР МБОУ КСОШ №2 Исмагилова Н.В. /_____/	«Утверждаю» . директор школы Гусляков М.Г. /_____/
_____ Протокол № 1 от «_26_» _08_ 2024 г.	от «_26_» _08_ 2024г.	Приказ № _209____ от «_26_» __08_ 2024 г. м.п.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Направление: спортивно - оздоровительное

**«Культура здоровья и безопасная среда» в 5 – 9 классах**

Составитель: учитель технологии Банина А. В.

г. Кяхта, 2024 г.

Рабочая программа по внеурочной деятельности разработана на основании следующих нормативных документов:

1. Федеральный Закон № 273-ФЗ от 29.12.2012г. «Об образовании в Российской Федерации».
2. Закон Республики Бурятия от 13.12.2013г. № 240 –V «Об образовании в Республике Бурятия».
3. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 № 287
4. Федеральная образовательная программа основного общего образования (приказ Минпросвещения от 18.05.2023г.№ 370).
5. Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования», утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 21.09.2022 № 858.
6. Постановление 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».
7. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА**

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы по внеурочной деятельности Федерального государственного образовательного стандарта основного общеобразовательного образования, учебного плана школы на 2024-2025 г. и соответствует нормативно-правовым требованиям к внеурочной деятельности, в том числе утверждённым СанПиН.

**Цель:** выявление и развитие способностей каждого ребенка, формирование духовно богатой, свободной, физически здоровой, творчески мыслящей, социально активной личности, обладающей прочными знаниями, ориентированной на высокие нравственные ценности, способной впоследствии на участие в социальном и духовном развитии общества.

### **Задачи:**

Образовательные:

- формирование знаний о физическом, психическом, социальном благополучии человека;
- обучение ребенка самопознанию;
- обучение безопасности и профилактике несчастных случаев;
- обучение гигиеническим правилам и предупреждению инфекционных заболеваний;
- обучение здоровому питанию;
- формирование физической культуры личности;
- обучение навыкам семейной жизни, половое воспитание.

- обучение детей простейшим навыкам оказания первой медицинской помощи при порезах, ссадинах, ожогах, укусах;
- привитие детям элементарных гигиенических навыков;

**Воспитательные:**

- желание быть здоровым душой и телом;
- стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия;
- приобретение навыков самосовершенствования при получении знаний о том, от чего зависит наше здоровье.

**Развивающие:**

- самостоятельное экспериментирование и поисковая активность детей побуждают их к творческому отношению при выполнении заданий;
- обучение любви к себе, к людям, к жизни развивают гармонию с собой и с миром;
- формирование позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний и навыков по гигиенической культуре.

**Результаты освоения курса внеурочной деятельности «название»**

**Личностные результаты: (с учетом воспитания)**

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные результаты:**

***Регулятивные***

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи и задачной области;

***Познавательные***

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения вне учебных заданий с использованием учебной литературы и в открытом информационном пространстве, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), контролируемом пространстве Интернета;
- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, о своем здоровье;
- проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;

- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах.
- осознанно строить свои планы по улучшению состояния здоровья;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;

### ***Коммуникативные***

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

### ***Предметные***

- воспитание ценностного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- формирование культуры поведения в окружающей среде, т.е. гигиенической и генетической грамотности;
- овладение умениями соблюдать гигиенические нормы и правила здорового образа жизни; формирование умения оценивать последствия своей деятельности по отношению к здоровью других людей и собственному организму;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте ведения физически активного образа жизни в организации здорового образа жизни;
- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессиональноприкладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность;
- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями;
- солнечно-земные связи как отражение общих связей в природе.

## Содержание курса внеурочной деятельности

№	Название раздела	Основное содержание	Виды деятельности
<b>5 КЛАСС</b>			
1	<b>Место человека в системе живой природы</b>	Живая природа, что это? Человек как биологическое и социальное существо. Приспособленности человека в системе живой природы	Практическое занятие
2	<b>Понятие о здоровом образе жизни</b>	Какие факторы здоровья влияют на здоровье человека. Влияние неблагоприятных факторов на здоровье человека. Оздоровливающие факторы здоровья.	Учебно-исследовательская деятельность
3	<b>ЗОЖ и долголетие</b>	Стадии жизни человека. Какие факторы влияют на здоровье человека. Возрастные изменения.	Практическое занятие
4	<b>Здоровье и погода</b>	Влияние погодных условий на здоровье человека.	Практическое занятие
5	<b>Режим «труд-отдых» и здоровье</b>	Соблюдение режима дня на здоровье человека. Труд и отдых.	Практическое занятие
6	<b>Питание и здоровье</b>	Правильное питание. Нужно ли его соблюдать	Работа с научной и библиотечной литературой
7	<b>Гигиена и здоровье</b>	Соблюдение гигиены и влияние ее на здоровье человека	Проектная
<b>6 КЛАСС</b>			
1	<b>Экологические факторы и здоровье</b>	Влияние экологических факторов на здоровье человека	Учебно-исследовательская деятельность
2	<b>Воздух и здоровье</b>	Состав воздуха. Заболевания органов дыхания, и их профилактика	Практическое занятие
3	<b>УФ – радиация и здоровье</b>	Влияние радиации на здоровье человека	Работа с научной и библиотечной литературой
4	<b>Вода и здоровье</b>	Свойства и функции воды. Необходимость воды для организма человека	Практическое занятие
5	<b>Температура и здоровье</b>	Приспособленность организмов к разным температурам воздуха. Заболевания, связанные с простудой.	Учебно-исследовательская деятельность
6	<b>Почва и здоровье</b>	Проблемы, связанные с истощением и закислением почв. Болезни «грязных рук».	Практическое занятие
7	<b>Биоритмы и здоровье</b>	Понятие о биоритмах человека. Значение сна для адаптации человека к неблагоприятным факторам.	Учебно-исследовательская деятельность
<b>7 КЛАСС</b>			
1	<b>Понятие о биотических</b>	Классификация биотических	Практическое занятие

	<b>факторах</b>	факторов. Место человека в системе биотических факторов.	
2	<b>Бактерии, вирусы и человек</b>	Бактерии полезные и нет. Какие вирусы опасны для здоровья человека.	Практическое занятие
3	<b>Растения и человек</b>	Растения как источник питания. Растения-аллергены; ядовитые растения.	Работа с научной и библиотечной литературой
4	<b>Насекомые и человек</b>	Значение насекомых в природе и для человека. Вред от насекомых.	Учебно-исследовательская деятельность
5	<b>Птицы и человек</b>	Заболевания человека, связанные с птицами, их профилактика.	Проектная
6	<b>Млекопитающие и человек</b>	Положительные и отрицательные факторы, влияющие на человека и передающиеся через млекопитающихся	Учебно-исследовательская деятельность
7	<b>Грибы и человек</b>	Полезность грибов для человека. Съедобные и нет.	Практическое занятие
<b>8 КЛАСС</b>			
1	<b>Понятие об антропогенных факторах</b>	Эволюция и классификация антропогенных факторов. Влияние человека на биосферу в ходе НТП	Практическое занятие
2	<b>Глобальные проблемы человечества</b>	Проблема перенаселения и демографическая ситуация в России. Проблема нехватки пищевых и энергетических ресурсов.	Практическое занятие
3	<b>Глобальные экологические проблемы</b>	Последствия загрязнения атмосферы, почвы, воды	Практическое занятие
4	<b>Козволюция и человек</b>	Значение адаптации человека к условиям окружающей среды.	Практическое занятие
<b>9 КЛАСС</b>			
1	<b>Педагогические основы здоровья</b>	Здоровый образ жизни	Практическое занятие
2	<b>Психологические основы здоровья</b>	Психическое благополучие и здоровье.	Практическое занятие
3	<b>Организм здорового человека</b>	Какой организм должен быть у здорового человека, что для этого нужно.	Практическое занятие

### Тематическое планирование

#### 5 класс (1 час в неделю)

№	Название разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>I</b>	<b>Место человека в системе живой природы</b>	<b>4</b>		
1	Царства живой природы		1	
2	Человек как биологическое и социальное существо			1

3	Значение приспособленности		1	
4	Конференция: «Человек и технический прогресс»			1
<b>II</b>	<b>Понятие о здоровом образе жизни</b>	<b>4</b>		
1	Факторы здоровья		1	
2	Влияние неблагоприятных факторов		1	
3	Оздоровливающие факторы		1	
4	Практическое занятие: «Сравнительный анализ факторов здоровья. Определение оптимальных факторов»			1
<b>III</b>	<b>ЗОЖ и долголетие</b>	<b>4</b>		
1	Стадии жизни человека		1	
2	Парадоксы возраста			1
3	Факторы долголетия			1
4	Практическое занятие: «Определение оптимальных факторов долголетия»			1
<b>IV</b>	<b>Здоровье и погода</b>	<b>4</b>		
1	Из чего складывается понятие «погода»?		1	
2	Что значит «метеочувствительность»?		1	
3	Народное метеобюро			1
4	Практическое занятие: «Определяем погоду»			1
<b>V</b>	<b>Режим «труд-отдых» и здоровье</b>	<b>4</b>		
1	Биоритмы у организмов		1	
2	Понятие «режим дня»			1
3	Развитие утомления и его последствия			1
4	Практическое занятие: «Составление индивидуального режима дня».			1
<b>VI</b>	<b>Питание и здоровье</b>	<b>7</b>		
1	Химический состав пищи		1	
2	Функции пищи		1	
3	Понятие о рациональном питании			1
4	Особенности питания детей и подростков			1
5	Болезни, связанные с неправильным питанием		1	
6	Болезни, связанные с неправильным питанием			1
7	Практическое занятие: «Составление индивидуального рациона питания»			1
<b>VII</b>	<b>Гигиена и здоровье</b>	<b>7</b>		
1	Гигиена помещений			1
2	Гигиена кожи, ногтей и волос			1
3	Гигиена полости рта			1
4	Гигиена одежды			1
5	Гигиенические правила поведения в лесу, на водоеме, в туристической поездке			1
6	Практическое занятие: «Составление рекомендаций по личной гигиене»			1
7	Заключительная конференция. Задания на лето.		1	
	Итого	34	13	21

## Тематическое планирование

**6 класс (1 час в неделю)**

№	Название разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>I</b>	<b>Экологические факторы и здоровье</b>	<b>4</b>		
1	Классификация экологических факторов		1	
2	Закон экологического оптимизма			1
3	Типы приспособленности к экологическим факторам		1	
4	Особенности приспособленности человека в ходе его эволюции			1
<b>II</b>	<b>Воздух и здоровье</b>	<b>6</b>		
1	Состав воздуха		1	
2	Дыхание организмов. Проблема гипоксии.			1
3	Значение тренировок для укрепления органов дыхания.			1
4	Значение тренировок для укрепления органов дыхания.			1
5	Заболевания органов дыхания, и их профилактика		1	
6	Практическое занятие: «Составление программы оздоровления органов дыхания».			1
<b>III</b>	<b>УФ – радиация и здоровье</b>	<b>5</b>		
1	Эволюция и функция озонового слоя.		1	
2	Экология озонового слоя.		1	
3	Заболевания, связанные с нарушением озонового слоя.			1
4	Как правильно загорать?			1
5	Практическое занятие: «Составление индивидуальных правил загара».			1
<b>IV</b>	<b>Вода и здоровье</b>	<b>5</b>		
1	Свойства и функции воды		1	
2	Приспособленность организмов к воде.			1
3	К чему приводит обезвоживание?		1	
4	Сколько воды надо человеку?			1
5	Конференция: «Проблемы загрязнения воды»			1

<b>V</b>	<b>Температура и здоровье</b>	<b>6</b>		
1	Приспособленность организмов к разным температурам воздуха.		1	
2	«У природы нет плохой погоды».			1
3	«У природы нет плохой погоды».			1
4	Заболевания, связанные с простудой.		1	
5	Способы закаливания организма			1
6	Конференция: «Что значит «правильно одеться»?».			1
<b>VI</b>	<b>Почва и здоровье</b>	<b>4</b>		
1	Виды почв		1	
2	Проблемы, связанные с истощением и закислением почв.		1	
3	Болезни «грязных рук».			1
4	Значимость «сменной обуви» для сохранения и укрепления здоровья.			1
<b>VII</b>	<b>Биоритмы и здоровье</b>	<b>4</b>		
1	Понятие о биоритмах человека.		1	
2	Проблемы, связанные с солнечной активностью			1
3	Конференция: «Абиотические факторы и здоровье».			1
4	Заключительная конференция. Задания на лето.		1	
	<b>Итого</b>	<b>34</b>	<b>14</b>	<b>20</b>

### Тематическое планирование

7 класс (1 час в неделю)

№	Название разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>I</b>	<b>Понятие о биотических факторах</b>	<b>4</b>		
1	Классификация биотических факторов.		1	
2	Примеры биотических воздействий в природе.			1
3	Эволюционная значимость конкуренции, симбиоза, мутуализма, хищничества и паразитизма		1	
4	Место человека в системе биотических факторов			1
<b>II</b>	<b>Бактерии, вирусы и человек</b>	<b>7</b>		
1	Особенности строения вирусов и бактерий		1	
2	Многообразие бактерий			1

3	Многообразиие вирусов			1
4	Заболевания человека вирусного характера и их профилактика		1	
5	Заболевания человека вирусного характера и их профилактика			1
6	Заболевания, вызванные патогенными бактериями, и их профилактика		1	
7	Заболевания, вызванные патогенными бактериями, и их профилактика			1
<b>III</b>	<b>Растения и человек</b>	<b>9</b>		
1	Растения как источник питания		1	
2	О пользе хлеба и круп			1
3	О пользе овощей			1
4	О пользе ягод			1
5	О пользе соков			1
6	О пряностях и специях			1
7	Лекарственные растения		1	
8	Растения-аллергены; ядовитые растения			1
9	Конференция: «Растения и человек».			1
<b>IV</b>	<b>Насекомые и человек</b>	<b>4</b>		
1	Значение насекомых в природе и для человека		1	
2	Заболевания человека, передающиеся с помощью насекомых (блохи, вши, клещи, мухи, комары, осы).		1	
3	Заболевания человека, передающиеся с помощью насекомых (блохи, вши, клещи, мухи, комары, осы).			1
4	Конференция: «Профилактика заболеваний, связанных с насекомыми»			1
<b>V</b>	<b>Птицы и человек</b>	<b>3</b>		
1	Значение птиц в природе и для человека		1	
2	Заболевания человека, связанные с птицами, их профилактика			1
3	Проблемы, связанные с птичьим гриппом (диспут)			1
<b>VI</b>	<b>Млекопитающие и человек</b>	<b>4</b>		
1	Значение млекопитающих в природе и для человека		1	
2	Проблема белкового голодания.			1
3	О наших братьях меньших (значимость психо -физической реабилитации человека при общении с животными).			1
4	Заболевания человека, передающиеся с помощью домашних и редких животных; их профилактика (конференция).			1
<b>VII</b>	<b>Грибы и человек</b>	<b>3</b>		
1	Значение грибов в природе и для человека		1	
2	Грибы как источник пищи и лекарств.		1	
3	Заключительная конференция. Задания на лето.			1
	Итого	35	13	21

## Тематическое планирование

8 класс (1час в неделю)

№	Название разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>I</b>	<b>Понятие об антропогенных факторах</b>	<b>4</b>		
1	Эволюция и классификация антропогенных факторов.		1	
2	Влияние человека на биосферу в ходе НТП			1
3	Сущность экологического кризиса «редуцентов»		1	
4	Практическое занятие: «Деятельность человека и ее влияние на экологическое равновесие».			1
<b>II</b>	<b>Глобальные проблемы человечества</b>	<b>15</b>		
1	Проблема перенаселения и демографическая ситуация в России.		1	
2	Проблема нехватки пищевых и энергетических ресурсов.			1
3	Проблема гиподинамии.			1
4	Проблема урбанизации; ее связь с депрессивным и стрессовым состоянием человека.			1
5	Проблема хронической усталости и недосыпания.			1
6	Проблема электромагнитного излучения в общественных учреждениях, в быту, на улице.		1	
7	Проблемы, связанные с использованием ПК			1
8	Проблемы, связанные с сотовыми телефонами		1	
9	Проблемы, связанные с сотовыми телефонами			1
10	Проблемы, связанные с ГМ – продуктами.		1	
11	Проблема алергизации населения.			1
12	Проблемы, связанные с избыточным или недостаточным весом		1	
13	Проблемы канцерогенеза		1	
14	Проблемы, связанные с вредными привычками			1
15	Практическое занятие: «Составление рекомендаций по оздоровлению населения»			1
<b>III</b>	<b>Глобальные экологические проблемы</b>	<b>10</b>		
1	Сущность и последствия «парникового эффекта»		1	
2	Последствия разрушения озонового слоя		1	
3	Последствия загрязнения атмосферы			1
4	Последствия загрязнения воды.			1
5	Последствия загрязнения почв.			1
6	Проблемы, связанные с изменением природных ландшафтов.		1	
7	Проблемы, связанные с истощением природных ресурсов.		1	
8	Наследствия сокращения видового разнообразия		1	
9	Природные катаклизмы и их наследствия.			1
10	Практическое занятие: «Анализ экологического состояния окружающей среды в твоём классе, в школе, в городе».			1
<b>IV</b>	<b>Коэволюция и человек</b>	<b>5</b>		
1	Понятие о коэволюции.		1	
2	Значение адаптации человека к условиям окружающей среды.		1	
3	Практическое занятие: Составление индивидуального режима дня по оздоровлению организма».			1
4	Практическое занятие: «Составление индивидуальной программы спортивных занятий по оздоровлению организма».			1

5	Заключительная конференция. Задания на лето.			1
	Итого	34	15	19

## Тематическое планирование

### 9 класс (1 час в неделю)

№	Название разделов и тем	Количество часов		
		всего	теория	практика
<b>1.</b>	<b>Педагогические основы здоровья</b>	<b>13</b>		
1	Здоровье и его формирование		1	
2	Воспитание здорового человека (цели и методы).		1	
3	Здоровый образ жизни (слагаемые успеха)			1
4	Правила ЗОЖ			1
5	Экологическая культура как фактор ЗОЖ			1
6	Принципы устойчивого развития человеческого общества		1	
7	Индивидуальная гигиена			1
8	Гигиена в общественных учреждениях, в транспорте, на улице.			1
9	Валеологические основы питания.		1	
10	Социально- нравственные основы здоровья.		1	
11	Резервы здоровья.			1
12	Практическое занятие: «Составление гигиенических рекомендаций по оздоровлению».			1
13	Практическое занятие: «Составление гигиенических рекомендаций по оздоровлению».			1
<b>2.</b>	<b>Психологические основы здоровья</b>	<b>10</b>		
1	Психическое благополучие и здоровье.		1	
2	Эмоции и здоровье.			1
3	Регуляция эмоционального возбуждения		1	
4	Виды психического состояния человека (понятие о ятрогении).			1
5	Переутомление и стресс: физиологическая сущность и методы выхода.			1
6	Развитие психических возможностей.		1	
7	Коррекция психики (методы и значение).			1
8	Психосанорегуляция в школе.			1
9	Психология здорового образа жизни.		1	
10	Практическое занятие: «Составление индивидуальных рекомендаций по развитию и коррекции психических возможностей».			1
<b>3.</b>	<b>Организм здорового человека</b>	<b>11</b>		
1	Клетки, ткани, организм.		1	1
2	ЦНС: мозг, нервы; органы чувств			1
3	Органо-двигательная система.			1
4	Сердечно-сосудистая система.			1
5	Дыхательная система.			1
6	Пищеварительная система.			1

7	Мочевыделительная система.			1
8	Железы внутренней секреции.			1
9	Кожа, волосы, ногти.			1
10	Иммунитет.			1
	Итого	34	10	24

### Учебно-методический комплект

#### Список литературы:

1. Образовательная программа "Культура здоровья" О.Ф.Жуков, М.И.Лукиянова. Ульяновск. УлГУ. 2012 г.
2. Программа «Обучение здоровью» для 1-11 классов / под общ. Ред. Л.Ф. Шатохиной. – Москва, 2005.
3. Обучение здоровью: Методические рекомендации по организации учебного процесса / Л.Ф. Шатохина. – 2005.
4. Профилактика подростковой наркомании. Навыки противостояния и сопротивления распространения наркомании: Наглядно-методическое пособие / С.Б. Белогуров, В.Ю. Климович.-2-е изд. стереотипич. - М.: Центр «Планетариум», 2000. - 96 с.
5. Детство без алкоголя. Профилактика детского и подросткового алкоголизма: Наглядно-методическое пособие / В.Ю. Климович. - М.: Центр «Планетариум», 2004 . - 76 с.
6. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы.- М.: АРКТИ, 2003. - 273с.
7. Шариков К.Е. Живой организм и окружающая среда .-Мн.: «Ураджай», 1987.-168с.
8. Кудинова Л.М. Олимпиадные задания по биологии. 6-11 классы Волгоград: «Учитель» , 2005.-119с.
9. Демис Руссос, В. Скавинская. Проблемы лишнего веса .-М.: Всемирные бестселлеры, 2000г.
10. Бромлей Ю.В. Земля и человечество. Глобальные проблемы М.: «Мысль», 1985г.
11. Биологический энциклопедический словарь .-М.: «Советская энциклопедия», 1988г.
12. Прошина Л.В., Монахов Н.И. Семья: 500 вопросов и ответов.-М.: «Мысль», 1994г.- 463с.
13. Машанова О.Г., Евстаев в.В. Эволюция. Основы экологии.-М.: «Московский лицей», 1997г.
14. Бердников В.А.Серия «Человек и окружающая среда». Эволюция и прогресс Новосибирск «Наука», 1991г.

#### Интернет-ресурсы

1. Большая детская энциклопедия для детей. [Электронный ресурс] <http://www.mirknig.com/>
2. Большая детская энциклопедия (6-12 лет). [Электронный ресурс] <http://all-ebooks.com/2009/05/01/bolshaja-detskaja-jenciklopedija-6-12.html>
3. А.Ликум - Детская энциклопедия. [Электронный ресурс] [http://www.bookshunt.ru/b120702\\_detskaya\\_enciklopediya\\_enciklopediya\\_vse\\_obo\\_vsem.\\_](http://www.bookshunt.ru/b120702_detskaya_enciklopediya_enciklopediya_vse_obo_vsem._)
4. Почему и потому. Детская энциклопедия. [Электронный ресурс] <http://www.kodges.ru/dosug/page/147/>

5. Вайнер Э.Н. Возможности воспитания культуры здоровья в общеобразовательной школе / Э.Н. Вайнер [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zdd.1september.ru/2006/13/1.htm>.