

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Удмуртской Республики Управление образования Администрации
муниципального образования
"Муниципальный округ Можгинский район Удмуртской Республики
МБОУ "Малосюгинская СОШ"

РАССМОТРЕНО на
Педагогическом совете
Протокол № 9
от «28» августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному курсу «Здоровье»
6 класс

Составитель: Рычкова М. А.

Учитель: высшей категории

д. Малая Сюга

2024 – 2025 учебный год

Пояснительная записка

Программа по курсу «Здоровье» на уровне основного общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных в ФГОС ООО, а также федеральной рабочей программы воспитания.

Программа направлена на формирование естественно-научной грамотности обучающихся и организацию изучения здоровья на деятельностной основе. В программе учитываются возможности учебного предмета в реализации требований ФГОС ООО к планируемым личностным и метапредметным результатам обучения, а также реализация межпредметных связей естественно-научных учебных предметов на уровне основного общего образования.

В программе определяются основные цели изучения здоровья на уровне основного общего образования, планируемые результаты освоения программы по биологии: личностные, метапредметные, предметные.

«Здоровье» развивает представления о познаваемости живой природы и методах её познания, позволяет сформировать систему научных знаний о живых системах, умения их получать, присваивать и применять в жизненных ситуациях.

Биологическая подготовка обеспечивает понимание обучающимися научных принципов человеческой деятельности в природе, закладывает основы экологической культуры, здорового образа жизни.

Целями изучения здоровья на уровне основного общего образования являются: формирование системы знаний о признаках и процессах жизнедеятельности биологических систем разного уровня организации;

формирование системы знаний об особенностях строения, жизнедеятельности организма человека, условиях сохранения его здоровья;

формирование умений применять методы биологической науки для изучения биологических систем, в том числе организма человека;

формирование умений объяснять роль биологии в практической деятельности людей, значение биологического разнообразия для сохранения биосферы, последствия деятельности человека в природе;

формирование экологической культуры в целях сохранения собственного здоровья и охраны окружающей среды.

Достижение целей программы по биологии обеспечивается решением следующих задач:

приобретение обучающимися знаний о живой природе, закономерностях строения, жизнедеятельности и средообразующей роли организмов, человеку как биосоциальном существе, о роли биологической науки в практической деятельности людей;

овладение умениями проводить исследования с использованием биологического оборудования и наблюдения за состоянием собственного организма;

освоение приёмов работы с биологической информацией, в том числе о современных достижениях в области биологии, её анализ и критическое оценивание;

воспитание биологически и экологически грамотной личности, готовой к сохранению собственного здоровья и охраны окружающей среды.

Общее число часов, отведенных для изучения, составляет в 6 классе – 34 часа (1 час в неделю)

Предлагаемый в программе перечень лабораторных и практических работ является рекомендательным, учитель делает выбор проведения лабораторных работ и опытов с учётом индивидуальных особенностей обучающихся, списка экспериментальных заданий, предлагаемых в рамках основного государственного экзамена по биологии.

Содержание обучения

«Здоровье» 6 класс.

Раздел I. Введение (2 часа)

Образ жизни и его составляющие. Принципы здорового образа жизни. Влияние образа жизни на здоровье.

Практикум. Реклама здорового образа жизни.

Раздел II. Регуляция обмена веществ. (10 часов)

Железы внутренней секреции. Основные гормоны, их влияние на процессы обмена веществ. Мужская и женская половая система, её влияние на развитие организма в различные периоды жизни. Соблюдение правил личной гигиены. Органы выделения - почки. Кожа, её строение и значение. Соблюдение правил личной гигиены, ежедневные водные процедуры. Правила закаливания. Роговые образования кожи: волосы и ногти. Правила ухода за ними.

Проект «Природные источники здоровья»

Раздел III. Опора и движение (5 часов)

Скелет - опора нашего тела, виды костей, их значение. Причины нарушения осанки. Мышцы тела. Расположение различных групп мышц, их значение. Какие упражнения полезны для здоровья. Проведение анализа и самоанализа состояния опорно - двигательной системы.

Раздел IV. Защита нашего организма (6 часов)

Иммунитет, его виды, органы, отвечающие за развитие иммунитета. Кровь и лимфа, их составляющие. Значение лейкоцитов. Способы укрепления иммунитета: соблюдение режима дня, закаливание, ежедневные физические нагрузки. Анализ и самоанализ состояния здоровья учащихся.

Раздел V. Психическое здоровье (10 часов)

Поведение и психика. Влияние психического состояние человека на его здоровье и поведение в обществе. Основные правила этикета. Соблюдение основных правил этикета и их влияние на поведение и здоровье. Эмоции и здоровье. От чего зависит проявление эмоций. Мотивация и её виды. Влияние мотивации на понимание и усвоение материала. Характер, от чего он зависит. Можно ли изменить характер. Виды темперамента. Влияние характера и темперамента на взаимоотношения людей.

Практикум. Сюжетно – ролевые игра на соблюдение правил этикета. Определение темперамента, тест Айзенга.

Раздел VI. Заключение (1 час)

Проект «Помоги себе сам», подготовка реферата и презентации. Защита проекта

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		
		Всего	Контрольные работы	Практические работы

1	Введение	2		
2	Регуляция обмена веществ.	10		
3	Опора и движение	5		
4	Защита нашего организма	6		
5	Психическое здоровье	10		
6	Заключение	1	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Дата	№/№	Наименование раздела и темы	Кол-во часов
Раздел I. Введение (2 часа)			
02.09	1	Принципы здорового образа жизни.	1
09.09	2	Реклама ЗОЖ	1
Раздел II. Регуляция обмена веществ. (10 часов)			
16.09	3	Железы внутренней секреции	1
23.09	4	Половые органы и их гигиена (девочки)	1
30.09	5	Половые органы и их гигиена (мальчики)	1
07.10	6	Валеологический анализ и самоанализ	1
14.10	7	Почки, которые никогда не станут цветами.	1
21.10	8	Кожа	1
11.11	9	Гигиена кожи	1
18.11	10	Если хочешь быть здоров - закаляйся	1
25.11	11	Волосы и ногти.	1
02.12	12	Практическая работа «Природные источники здоровья»	1
Раздел III. Опора и движение (5 часов)			
09.12	13	Опора нашего тела.	1
16.12	14	Причины нарушения осанки.	1
23.12	15	Валеологический анализ и самоанализ	1
13.01	16	Мышцы тела	1
20.01	17	Какие упражнения полезны для здоровья.	1
Раздел IV. Защита нашего организма (6 часов)			
27.01	18	Иммунитет	1
03.02	19	Микробы. Кто кого поедает?	1
10.02	20	Кровь и лимфа.	1
17.02	21	Как укрепить свой иммунитет?	1
24.02	22	Я сам о себе и своём организме.	1
03.03	23	Валеологический анализ и самоанализ	1
Раздел V. Психическое здоровье (10 часов)			
10.03	24	Поведение и психика	1
17.03	25	Основные правила этикета	1
31.03	26	Сюжетно-ролевые игры	1
07.04	27	Эмоции и здоровье	1
14.04	28	От чего зависят эмоции?	1
21.04	29	Мотивация	1
28.04	30	Понимание	1
05.05	31	Характер и темперамент	1
12.05	32	Взаимоотношения.	1
19.05	33	Расскажи мне обо мне	1
Раздел VI. Заключение 1 час			
26.05	34	Итоговая контрольная работа	1

Темы проектных и исследовательских работ

1. Проект на тему «Природные источники здоровья »

Перечень контрольно – измерительных материалов

1. Итоговая контрольная работа

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. Пасечник В.В. Школьный практикум. Экология. М., Изд. дом «Дрофа» 1998.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

2. Афонин И., Травкина В. Как прекрасен этот мир, посмотри! С-П., Изд. Питер. 1999.
3. Величковский Б.Г., Кирпичев В. И., Суравегин И. Т. Здоровье человека и окружающая среда. М., Новая школа. 1997.
4. Заготова С.Н. Валеология. Учебное пособие. Ростов-на-Дону. Изд. БАРО-ПРЕСС. 2001.
5. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твое здоровье. Изд. Акцидент. С-П. 1998.
6. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твое здоровье (психологическая регуляция).Изд. «Детство- пресс». С-П. 2000.
7. Петрушин В.И. Психологические аспекты деятельности учителя и классного руководителя. М. Центр «Педагогический поиск». 2001.
8. Попов С.В. Валеология в школе и дома. С-П. Изд. «Союз» 1997.
9. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология. С-П. «Petros»1997.
10. Татарникова Л.Г., Петленко В.П. Валеология 5 томов. С-П. Изд. «Петроградский и К». 1997.
11. Фёдорова М.З., Кучменко В.С., Воронина Г. А. Экология человека: культура здоровья. 8 класс. Учебное пособие для учащихся общеобразовательных организаций. М. Вентана – Граф. 2014. – 144 с.
12. Хрипкова А.Г., Колесов Д.В. Гигиена и здоровье школьника. М., Просвещение. 1998.
13. Интернет- ресурс

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Биология. Издательский дом «Первое сентября». Март – июнь 2013 год.
2. Звуки живой природы
3. Методика проведения исследований в природе.
4. Образовательная коллекция. Биология. Живой организм.
5. Электронные уроки и тесты. Биология в школе.

Материально-техническое обеспечение

1. Доска интерактивная
2. Проектор короткофокусный
3. Документ – камера
4. Ноутбук
5. Фотокамера
6. МФУ (сканер, принтер, ксерокс)
7. Цифровой микроскоп
8. Световые микроскопы на каждого учащегося
9. Биологическая микролаборатория
10. Микропрепараты по анатомии человека
11. Модели: строение сердца человека, строение желудка, работа локтевого сустава, строение глаза, строение уха, строение органов дыхания
12. Таблицы по анатомии человека
13. Таблицы по валеологии

Формы учета рабочей программы воспитания

№ урока в КТП	Дата	Тема урока	<u>Наименование мероприятия</u>
1	02.09.2025	Принципы здорового образа жизни.	Международный день распространения грамотности
8	21.10.2024	Кожа	День отца
14	16.12.2024	Причины нарушения осанки.	Международный день инвалидов
27	07.04.2025	Эмоции и здоровье	Всемирный день театра
28	14.04.2025	От чего зависят эмоции?	День космонавтики
31	05.05.2025	Характер и темперамент	Праздник Весны и Труда