Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Вятский государственный университет»

Лицей инновационного образования

СОГЛАСОВАНО:

Директор
Лицея инновационного
образования ВятГУ

_____/Печенкина Е.С./

от «01» сентября 2017 г

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по образованию

_____/Никулин С.В./

от «01» сентября 2017 г.

рег. № 3-000004-01-2017-00-14-ВД

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«ЗОЖ»

Гуманитарный (филологический)
профиль

2017/2019 уч.г.

Киров

Рабочая программа разработана *Печенкина Екатерина Сергеевна, к.х.н.*

Рецензент директора лицея _____/Печенкина Е.С./

Рассмотрено на заседании Педсовета Лицея инновационного образования ВятГУ

Протокол № 1 от «25» августа 2017 г.

© Вятский государственный университет (ВятГУ), 2017 г.
© Печенкина Е.С., 2017 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности **«ЗОЖ»** составлена в соответствии с:

– Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

– Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413;

– Основной образовательной программой основного общего образования ЛИО ВятГУ;

– Положением «О рабочих программах по учебному предмету и курсу внеурочной деятельности для обучающихся по образовательным программам среднего общего образования, реализуемых Лицеем инновационного образования ВятГУ», действующим в ВятГУ.

Рабочая программа ориентирована на использование учебника (учебно-методического комплекта): Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений. Базовый и профильный уровни. 351 с., Просвещение, 2013. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений. Базовый и профильный уровни. 320 с., Просвещение, 2013.

Рабочая программа определяет содержание и структуру учебного материала, последовательность его изучения, пути формирования системы знаний, умений, и способов деятельности развития, воспитания и социализации обучающихся.

Программа по курсу внеурочной деятельности **«ЗОЖ»** рассчитана на **32** часа в год (1 час в неделю).

Программой предусмотрено:

	10 класс	11 класс
Количество часов в год/неделю	32/1	32/1
Контрольных работ	2	2
Практических работ	0	0
Лабораторных работ	0	0

Рабочая программа имеет следующие цели: формирование личности, способной реализовать себя максимально эффективно в современном мире, творчески относящейся к возникающим проблемам, владеющей навыками саморегуляции и безопасного поведения.

И способствует решению задач:

1) становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;

1) формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку в соответствии с правилами здорового образа жизни, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;

2) духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;

3) укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

При организации процесса обучения в рамках данной программы предполагается применение следующих педагогических технологий обучения:

1) развитие критического мышления;

2) организация самостоятельной работы;

3) кейсовая;

4) проблемно-диалоговое обучение.

Программа направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

Промежуточная аттестация проводиться в соответствии с «Положением о промежуточной аттестации обучающихся в Лицее инновационного образования Вятского государственного университета».

Преобладающей формой ***текущего контроля*** являются: *устный опросы и задания в рамках каждой темы*.

Согласно учебному плану предусмотрены следующие формы промежуточной аттестации:

10 класс:

– первое полугодие – дифференцированный зачет;

– второе полугодие – дифференцированный зачет;

11 класс:

– первое полугодие – дифференцированный зачет;

– второе полугодие дифференцированный зачет.

ЛИЧНОСТНЫЕ И МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Планируемые результаты являются одним из важнейших механизмов реализации Требований к результатам освоения основных образовательных программ федерального государственного стандарта. Планируемые результаты необходимы как ориентиры в ожидаемых учебных достижениях выпускников.

Основанием для «планируемых результатов» к уровню подготовки обучающихся выступает основная образовательная среднего общего образования ЛИО ВятГУ. Содержание программы по курсу внеурочной деятельности **«ЗОЖ»**, формы и методы работы позволит достичь следующих результатов:

Личностные:

1) *определять и высказывать под руководством учителя самые простые и общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);*

2) *в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступитьразвитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;*

3) *готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;*

4) *развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;*

5) *формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.*

Метапредметные результаты:

Регулятивные

1) определять и формулировать цель деятельности на уроке с помощью учителя.

2) проговаривать последовательность действий на уроке.

3) учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.

4) средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

5) учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.

Познавательные

1) Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в дополнительной литературе (на развороте, в оглавлении, в словаре).

2) Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя средства ИКТ, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях по основам здорового образа жизни.

3) Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

4) Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

5) Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания по основам здорового образа жизни, ориентированные на линии развития средствами предмета.

Коммуникативные

1) умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.

2) слушать и понимать речь других.

3) средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

4) совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

5) учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Планируемые результаты освоения учебных и междисциплинарных программ «*Выпускник научится*» и «*Выпускник получит возможность научиться*» приводятся в блоках к каждому разделу учебной программы.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

10 КЛАСС

Здоровье человека. (4ч)

Здоровье человека, общие понятия и определения. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека. Необходимость сохранения и укрепления здоровья – социальная потребность общества.

Профилактика инфекционных заболеваний (4ч)

Инфекционные заболевания, причины их возникновения. Механизмы передачи инфекций, их классификация. Понятие об иммунитете, профилактике, карантине. Профилактика наиболее распространенных инфекционных заболеваний.

Здоровый образ жизни и его составляющие (9 ч)

Общие понятия о режиме жизнедеятельности, его значение для здоровья человека. Основные элементы деятельности человека: умственная и физическая нагрузка, отдых, сон, питание и др. Рациональное сочетание основных элементов деятельности человека. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в течение суток для повышения работоспособности. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Закаливание организма, основные принципы закаливания организма. Необходимость выработки привычки к систематическим занятиям физкультурой.

Вредные привычки, их социальные последствия (10ч)

Влияние алкоголя на здоровье и поведение человека. Снижение умственных и физических способностей при злоупотреблении алкоголя. Курение и его влияние на здоровье. Табачный дым и его составляющие. Опасность электронных сигарет. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение. Курительные смеси и спайсы. Социальные последствия курения курительных смесей. Профилактика никотиновой зависимости.

Правила оказания первой медицинской помощи (5ч)

Первая помощь при травмах и ранениях. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при ожогах. Стресс и методы снятия стресса. Итоговая контрольная работа

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

11 КЛАСС

Основы здорового образа жизни (4ч)

Личная гигиена. Общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами, волосами. Гигиена одежды. Гигиена жилища.

Основы медицинских знаний (7ч)

Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины заражения. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение ИППП. ВИЧ – инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути распространения. Стадии развития ВИЧ-инфекции. СПИД – терминальная стадия. Профилактика СПИДа.

Вредные привычки, их социальные последствия (4ч)

Наркомания и токсикология, общие понятия и определения. Социальные последствия наркомании. Профилактика наркомании.

Правильное питание – основы здорового образа жизни (7ч)

Здоровое правильное питание: принципы, правила, рекомендации. Ожирение - причины, симптомы, диагностика и лечение. Анорексия - причины, симптомы, диагностика и лечение. Сахарный диабет: виды, симптомы и профилактика заболевания. Генетически модифицированные продукты – вред или польза? Влияние фастфуда на здоровье человека. Витамины, авитаминоз, гипревитаминоз.

Правила оказания первой медицинской помощи (10ч)

Сердечная недостаточность, общие понятия и определения. Инсульт, его возможные причины. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая помощь при кровотечениях. Понятие клиническая смерть и реанимация. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Признаки биологической смерти. Итоговая контрольная работа.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ, ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 10 КЛАССА НА 2017-2018 УЧЕБНЫЙ ГОД (ПРИЛОЖЕНИЕ 1)

2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 10 КЛАССА НА 2017-2018 УЧЕБНЫЙ ГОД (ПРИЛОЖЕНИЕ2)

1. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 11 КЛАССА НА 2018-2019 УЧЕБНЫЙ ГОД (ПРИЛОЖЕНИЕ 3)

2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 11 КЛАССА НА 2018-2019 УЧЕБНЫЙ ГОД (ПРИЛОЖЕНИЕ 4)

ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Включает в себя описание необходимого для успешной реализации рабочей программы материально-технического и учебно-методического, информационного обеспечения (лабораторное оборудование, учебная литература, компьютерная техника, электронный образовательный контент, специализированные программные средства).

1. Основная литература:

1) Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений. Базовый и профильный уровни. 351 с., Просвещение, 2013.

2) Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений. Базовый и профильный уровни. 320 с., Просвещение, 2013.

2. Дополнительная литература:

1) Вольхин, С.Н. Основы защиты от терроризма и экстремизма [Текст]: учебное пособие / С.Н. Вольхин, В.Г. Ляшко, А.В. Снегирев, В.А. Щербаков. – М.: Дрофа, 2011. – 123, с.: ил.

2) Евлахов, В.М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 10-11 классы [Текст] : учебно-методическое пособие / В.М. Евлахов. – 3-е изд., перераб. – М.: Дрофа, 2010. – 74, с.

3) Латчук, В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности, 10 класс [Текст] : Методическое пособие / Латчук В.Н., Марков В.В., Маслов А.Г. - М., «Дрофа», - 2010 г.

4) Латчук, В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5-11 кл. [Текст] : учеб.-метод. пособие / В.Н. Латчук, С.К. Миронов. – 3-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2006. – 76, [4] с.: ил.

5) Методические материалы и документы по курсу ОБЖ 5-11 кл. [Текст] : Ккнига для учителя / под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М., «Просвещение», - 2004 г.

6) Организация преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в школе [Текст] : сборник нормативно-правовых документов и учебно-методических материалов. - М.: «Вентана-Граф», - 2008.

7) Экстремизм – идеология и основа терроризма [Текст] : пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2011. – 47 с.

3. Электронные средства обучения:

1) Официальный сайт Президента России [Электронный ресурс] – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://kremlin.ru

2) Официальный сайт Совета Безопасности РФ [Электронный ресурс] – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://www.scrf.gov.ru

3) Официальный сайт Интерпола [Электронный ресурс] – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://www.interpol.ru

4) Официальный сайт ФСБ России [Электронный ресурс] – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://www.osfsb.ru

5) Официальный сайт Российских спасателей [Электронный ресурс] – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: http://www.atcsng.ru

4. Наглядные пособия:

1) Плакаты

5. Материально-техническое оснащения:

1) проектор;

2) компьютер с соответствующим программным обеспечением (Windows 7, Microsoft Office 2010).

КРИТЕРИИ И ФОРМЫ ОЦЕНИВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ

В основу критериев оценки учебной деятельности учащихся положены объективность и единый подход. При 5-балльной оценке для всех установлены общедидактические критерии.

Критерии и нормы оценивания устного ответа

Индивидуальный контроль результатов может проводиться на уроке как в форме фронтальной контролирующей беседы (краткого опроса с места), так и в виде обстоятельной проверки знаний и умений учащегося у доски.

Вопросы учителя для краткого опроса должны быть лаконичны, сформулированы в понятных ученику терминах и требовать краткого ответа. С целью экономии времени можно использовать карточки с вопросами для ответа учеников у доски.

Ответ ученика должен быть прокомментирован учителем с указанием на ошибки и удачные стороны.

Необязательно ставить отметку за каждый неполный ответ. Если ученик неоднократно дополнял ответы других одноклассников, то можно поставить ему общую отметку за урок.

Критерии и нормы оценивания письменной работы

Письменные работы подразделяются на текущие (проверочные) и итоговые (контрольные работы); по времени они могут занимать урок или часть его.

К методам письменной проверки результатов обучения относятся письменная контрольная работа на 45 минут; проверочные работы на 10 – 15 минут; письменные домашние задания; выполнение индивидуальных заданий на карточках; химические диктанты; задания тестового типа; выполнение и оформление лабораторных работ.

Содержание контрольной работы охватывает весь наиболее важный материал контролируемой темы. В контрольной работе по изученной теме задания должны быть едиными для учащихся всех уровней развития. В контрольную работу включаются разнообразные задания: обобщающие вопросы, качественные и расчетные химические задачи, цепочки превращений, тестовые и графические задания.

Тест из 10 – 15 вопросов используется для периодического контроля, из 20 – 30 вопросов для итогового контроля.

Практические работы выполняются в тетрадях для практических работ. При оценивании отчета по выполнению практической работе особое внимание уделяется качеству и полноте самостоятельных выводов ученика.

Критерии оценивания различных видов работ

учащихся на уроке и дома.

Виды работы	Продолжительность (мин.)	Количество заданий	Критерии оценивания
Устный ответ	5 – 10		***Оценка «5»*** ставится, если ученик: - дан полный и правильный ответ на основании изученных теорий; - материал изложен в определенной логической последовательности, литературным языком; - ответ самостоятельный. ***Оценка «4»*** ставится, если ученик: - дан полный и правильный ответ на основании изученных теорий; - материал изложен в определенной последовательности; - допущены 2 – 3 несущественные ошибки, исправленные по требованию учителя, или дан неполный и нечеткий ответ. ***Оценка «3»*** ставится, если ученик: - дан полный ответ, но при этом допущена существенная ошибка, или ответ неполный, построен несвязно. ***Оценка «2»*** ставится, если ученик: - ответ обнаруживает непонимание основного содержания учебного материала; - допущены существенные ошибки, которые учащийся не может исправить при наводящих вопросах учителя; - отсутствие ответа
Тест	20	20 – с выбором ответа 5 – со свободным ответом	от общего числа баллов: «5» – 91 – 100 % «4» – 81 – 90 % «3» – 70 – 80 % «2» – ниже 70 %
Самостоятельная письменная работа	30		«5» – 96 – 100 % «4» – 76 – 75 % «3» – 50 – 65 % «2» – менее 20 %
Контрольная работа с развернутыми ответами	40	Не менее 5 заданий	«5» – 91 – 100 % «4» – 76 – 90 % «3» – 67 75 % «2» – 30 – 66 %

Общая классификация ошибок.

При оценке знаний, умений и навыков учащихся следует учитывать все ошибки (грубые и негрубые) и недочеты.

Существенными считаются следующие ошибки:

- незнание определения основных понятий, законов, правил, основных положений теории, незнание формул, общепринятых символов обозначений величин, единиц их измерения;
- неумение выделить в ответе главное;
- неумение делать выводы и обобщения;

Несущественными ошибками считаются следующие ошибки:

- неточность формулировок, определений, понятий, законов, теорий, вызванная неполнотой охвата основных признаков определяемого понятия или заменой 1-2 из этих признаков второстепенными;
- нерациональные методы работы со справочной и другой литературой;

Недочетами являются:

- орфографические и пунктуационные ошибки (кроме русского языка).

Выведение итоговых отметок

За полугодие и учебный год ставится итоговая оценка. Она является единой и отражает в обобщенном виде все стороны подготовки ученика по предмету.

Итоговая оценка выводиться в соответствии с фактической подготовкой ученика по всем показателям, при выведении итоговых оценок необходимо учитывать результаты текущей успеваемости (не должна быть среднее арифметической предшествующих оценок).

Приложение 1

1. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ **10** КЛАССА НА **2017-2018** УЧЕБНЫЙ ГОД

№ п/п	Тема	Основное содержание темы	Всего часов (на тему)	Планируемые результаты обучения по теме
1	Здоровье человека.	Здоровье человека, общие понятия и определения. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека. Необходимость сохранения и укрепления здоровья – социальная потребность общества.	4	***Выпускник научится*:** •основным понятиям и определениям здоровья; •правильно определять факторы, влияющие на здоровье; •выстраивать алгоритм сохранения здоровья. ***Выпускник получит возможность научиться:*** •анализировать состояние своего здоровья; •формировать индивидуальную систему здорового образа жизни.
2	Профилактика инфекционных заболеваний	Инфекционные заболевания, причины их возникновения. Механизмы передачи инфекций, их классификация. Понятие об иммунитете, профилактике, карантине. Профилактика наиболее распространенных инфекционных заболеваний.	4	***Выпускник научится*:** •различать и называть основные виды инфекций; •классифицировать инфекционные заболевания. ***Выпускник получит возможность научиться:*** •использовать полученные знания в целях профилактики инфекционных заболеваний.
3	Здоровый образ жизни и его составляющие	Общие понятия о режиме жизнедеятельности, его значение для здоровья человека. Основные элементы деятельности человека: умственная и физическая нагрузка, отдых, сон, питание и др. Рациональное сочетание основных элементов деятельности человека. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в течение суток для повышения работоспособности. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Закаливание организма, основные принципы закаливания организма. Необходимость выработки привычки к систематическим занятиям физкульту-	9	***Выпускник научится*:** •анализировать состояние своего здоровья; •устанавливать влияние индивидуальной системы здорового образа жизни на обеспечение личного благополучия. ***Выпускник получит возможность научиться:*** •формировать индивидуальную систему образа жизни; • использовать полученные знания в целях сохранения своего здоровья.

		рой.		
4	Вредные привычки, их социальные последствия	Влияние алкоголя на здоровье и поведение человека. Снижение умственных и физических способностей при злоупотреблении алкоголя. Курение и его влияние на здоровье. Табачный дым и его составляющие. Опасность электронных сигарет. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение. Курительные смеси и спайсы. Социальные последствия курения курительных смесей. Профилактика никотиновой зависимости.	10	***Выпускник научится*:** •анализировать негативное влияние алкоголя и табака на здоровье человека; •анализировать социальные последствия курения курительных смесей; •приводить примеры вредных привычек. ***Выпускник получит возможность научиться:*** •анализировать собственные поступки, негативно влияющие на здоровье; •формировать индивидуальную систему образа жизни.
5	Правила оказания первой медицинской помощи	Первая помощь при травмах и ранениях. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при ожогах. Стресс и методы снятия стресса. Итоговая контрольная работа	5	***Выпускник научится*:** •основным критериям здоровья; •оказанию первой медицинской помощи. ***Выпускник получит возможность научиться:*** •анализировать возможные последствия неотложных состояний; •отрабатывать приемы оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.
			Итого	**32**

Приложение 2

2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ **10** КЛАССА НА **2017-2018** УЧЕБНЫЙ ГОД

№ п/п	Дата	Название изучаемой темы	Тема урока	Количество часов	Характеристика основных видов деятельности (на уровне учебных действий)				
					Форма организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности	Контрольно-оценочная деятельность		Домашнее задание
							Вид	Форма	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1		Тема 1. Здоровье человека.		**4**					
1.1			Здоровье человека, общие понятия и определения.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
1.2			Основные критерии здоровья.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
1.3			Влияние окружающей среды на здоровье человека.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
1.4			Необходимость сохранения и укрепления здоровья – социальная потребность общества	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
2		Тема 2. Профилактика инфекционных заболеваний		**4**					
2.1			Инфекционные заболевания, причины их возникновения	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
2.2			Механизмы передачи инфекций, их классификация	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
2.3			Понятие об иммунитете, профилактике, карантине.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
2.4			Профилактика наиболее распространенных инфекционных заболеваний	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
3		Тема 3. Здоровый образ жизни и его составляющие		**9**					
3.1			Общие понятия о режиме жизнедеятельности, его значение для здоровья человека	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
3.2			Основные элементы деятельности человека: умственная и физическая нагрузка, отдых, сон, питание и др.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа

3.3			Рациональное сочетание основных элементов деятельности человека	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
3.4			Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
3.5			Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в течение суток для повышения работоспособности	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
3.6			Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
3.7			Закаливание организма, основные принципы закаливания организма	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
3.8			Необходимость выработки привычки к систематическим занятиям физкультурой	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
3.9			Контрольная работа № 1	1	СУМ	УКиУЗ	тематический	КСР	
4		Тема 4. Вредные привычки, их социальные последствия		**10**					
4.1			Влияние алкоголя на здоровье и поведение человека	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.2			Снижение умственных и физических способностей при злоупотреблении алкоголя	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.3			Курение и его влияние на здоровье.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.4			Табачный дым и его составляющие	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.5			Опасность электронных сигарет	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.6			Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.7			Пассивное курение	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.8			Курительные смеси и спайсы.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.9			Социальные последствия курения курительных смесей	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.10			Профилактика никотиновой зависимости	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа

5		Тема 5. Правила оказания первой медицинской помощи		**5**					
5.1			Первая помощь при травмах и ранениях	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
5.2			Первая помощь при отравлениях	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
5.3			Первая помощь при ожогах	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
			Стресс и методы снятия стресса	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
			Итоговая контрольная работа	1	СУМ	УКиУЗ	итоговый	КСР	
			ИТОГО	**32**					

П р и м е ч а н и е: 1. Форма учебных занятий: ПЛ – проблемная лекция; Л – лекция; УБ – урок-беседа; ГД – групповая дискуссия; УИ – урок-игра; КУ –комбинированный урок; УК – урок-конференция; СУМ – систематизация учебного материала; АЗиУ – анализ знаний и умений; УКиУЗ – урок контроля и учета знаний.

2. Виды учебной деятельности: ИНМ – изучение нового материала; Д – дискуссия; КР – контрольная работа; ПР – практическая работа; СР-самостоятельная работа (выполнение упражнений в тетради, работают с раздаточным материалом, картами); А- анализируют; ФВ – формируют выводы; ОВ – отвечают на вопросы; ВЗ – выявляют закономерность, РП – работа в парах; РКЗ – решение количественных/качественных задач; РСЗ – решение ситуационных задач.

3. Виды контрольно-оценочный деятельности: входная, текущая, тематическая, итоговая.

4. Формы контрольно-оценочный деятельности на уроке: УО – устный опрос; КЗ, СЗ – решение количественных, качественных, ситуационных задач; ПР – практическая работа; Т – тест, КСР – контрольная самостоятельная работа; ТР – творческая работа (рефераты, сообщение, доклад, иллюстрировано-наглядный материал, изготовленный учащимися, проект, web-квест).

Примерные темы рефератов

Тема № 1. Здоровье человека

Темы рефератов:

1) Абхазские долгожители – феномен или закономерность.

2) Йога и здоровье

3) Бегайте на здоровье.

4) Биоритмы человека.

5) Позвоночник – ключ к здоровью.

Тема № 2. Профилактика инфекционных заболеваний

Темы рефератов:

1) Профилактика инфекционных заболеваний

2) Иммунитет.

Тема № 3. Здоровый образ жизни и его составляющие

Темы рефератов:

1) Человеческие биоритмы.

2) Польза сна.

3) Фазы сна.

4) Болезни цевилизации.

5) Лицо – зеркало здоровья.

Тема № 4. Вредные привычки, их социальные последствия

Темы рефератов:

1) Метанол: хемофилия и хемофобия

2) Этанол: величайшее благо и страшное зло.

3) Алкоголизм и его профилактика.

4) Электронная сигарета – много ли от нее вреда?.

5) Курительные смеси и спайсы.

Приложение 3

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ **11** КЛАССА НА **2018-2019** УЧЕБНЫЙ ГОД

№ п/п	Тема	Основное содержание темы	Всего часов (на тему)	Планируемые результаты обучения по теме
1	Основы здорового образа жизни	Личная гигиена. Общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами, волосами. Гигиена одежды. Гигиена жилища.	4	***Выпускник научится*:** •основным понятиям и определениям здоровья; •правильно определять факторы, влияющие на здоровье; •выстраивать алгоритм сохранения здоровья. ***Выпускник получит возможность научиться:*** •анализировать состояние своего здоровья; •формировать индивидуальную систему здорового образа жизни.
2	Основы медицинских знаний	Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины заражения. Меры профилактики. Уголовная ответственность за заражение ИППП. ВИЧ – инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути распространения. Стадии развития ВИЧ-инфекции. СПИД – терминальная стадия. Профилактика СПИДа.	7	***Выпускник научится*:** •различать и называть основные виды инфекций, передаваемых половым путем; •классифицировать инфекционные заболевания передаваемых половым путем. ***Выпускник получит возможность научиться:*** •использовать полученные знания в целях профилактики инфекционных заболеваний, передаваемых половым путем.
3	Вредные привычки, их социальные последствия	Наркомания и токсикология, общие понятия и определения. Социальные последствия наркомании. Профилактика наркомании.	4	***Выпускник научится*:** •анализировать негативное влияние наркотиков на здоровье человека; •анализировать социальные последствия наркомании; •приводить примеры вредных привычек. ***Выпускник получит возможность научиться:*** •анализировать собственные поступки, негативно влияющие на здоровье; •формировать индивидуальную систему образа жизни.
4	Правильное питание – основы здо-	Здоровое правильное питание: принципы, правила, ре-	7	***Выпускник научится:*** •основным критериям правильного питания;

	рового образа жизни	комендации. Ожирение - причины, симптомы, диагностика и лечение. Анорексия - причины, симптомы, диагностика и лечение. Сахарный диабет: виды, симптомы и профилактика заболевания. Генетически модифицированные продукты – вред или польза? Влияние фастфуда на здоровье человека. Витамины, авитаминоз, гипревитаминоз.		•классифицировать последствия неправильного питания. ***Выпускник получит возможность научиться:*** •анализировать собственные поступки, негативно влияющие на здоровье; •формировать индивидуальную систему образа жизни.
5	Правила оказания первой медицинской помощи	Сердечная недостаточность, общие понятия и определения. Инсульт, его возможные причины. Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Первая помощь при кровотечениях. Понятие клиническая смерть и реанимация. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Признаки биологической смерти. Итоговая контрольная работа.	10	***Выпускник научится*:** •основным критериям здоровья; •оказанию первой медицинской помощи. ***Выпускник получит возможность научиться:*** •анализировать возможные последствия неотложных состояний; •отрабатывать приемы оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.
			Итого	**32**

Приложение 4

4. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ **11** КЛАССА НА **2018-2019** УЧЕБНЫЙ ГОД

№ п/п	Дата	Название изучаемой темы	Тема урока	Количество часов	Характеристика основных видов деятельности (на уровне учебных действий)				
					Форма организации учебных занятий	Основные виды учебной деятельности	Контрольно-оценочная деятельность		Домашнее задание
							Вид	Форма	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1		Тема 1. Основы здорового образа жизни		**4**					
1.1			Личная гигиена. Общие понятия и определения.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
1.2			Уход за кожей, зубами, волосами.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
			Гигиена одежды.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
			Гигиена жилища.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
2		Тема 2. Основы медицинских знаний		**7**					
2.1			Инфекции, передаваемые половым путем, формы передачи, причины заражения	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
2.2			Меры профилактики инфекций, передаваемых половым путем	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
2.3			Уголовная ответственность за заражение ИППП.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
2.4			ВИЧ – инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути распространения.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
2.5			Стадии развития ВИЧ-инфекции.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
2.6			СПИД – терминальная стадия.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
2.7			Профилактика СПИДа.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
3		Тема 3. Вредные привычки, их социальные последствия		**4**					
3.1			Наркомания и токсикология, общие понятия и определения.	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа

3.2			Социальные последствия наркомании	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
3.3			Профилактика наркомании	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
			Контрольная работа №1	1	СУМ	УКиУЗ	тематический	КСР	
4		Тема 4. Правильное питание – основы здорового образа жизни		**7**					
4.1			Здоровое правильное питание: принципы, правила, рекомендации	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.2			Ожирение - причины, симптомы, диагностика и лечение	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.3			Анорексия - причины, симптомы, диагностика и лечение	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.4			Сахарный диабет: виды, симптомы и профилактика заболевания	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.5			Генетически модифицированные продукты – вред или польза?	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.6			Влияние фастфуда на здоровье человека	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
4.7			Витамины, авитаминоз, гипервитаминоз	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
5		Тема 5. Правила оказания первой медицинской помощи		**10**					
5.1			Сердечная недостаточность, общие понятия и определения	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
5.2			Инсульт, его возможные причины	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
5.3			Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
5.4			Первая помощь при кровотечениях	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
5.5			Понятие клиническая смерть и реанимация	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
5.6			Возможные причины клинической смерти и ее признаки	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа

5.7			Признаки биологической смерти	1	ПЛ, ГД	ИНМ, АЗиУ	текущий	УО, ТР	задания с листа
5.8			Итоговая контрольная работа	1	СУМ	УКиУЗ	итоговый	КСР	
			ИТОГО	**32**					

П р и м е ч а н и е: 1. Форма учебных занятий: ПЛ – проблемная лекция; Л – лекция; УБ – урок-беседа; ГД – групповая дискуссия; УИ – урок-игра; КУ –комбинированный урок; УК – урок-конференция; СУМ – систематизация учебного материала; АЗиУ – анализ знаний и умений; УКиУЗ – урок контроля и учета знаний.

2. Виды учебной деятельности: ИНМ – изучение нового материала; Д – дискуссия; КР – контрольная работа; ПР – практическая работа; СР-самостоятельная работа (выполнение упражнений в тетради, работают с раздаточным материалом, картами); А- анализируют; ФВ – формируют выводы; ОВ – отвечают на вопросы; ВЗ – выявляют закономерность, РП – работа в парах; РКЗ – решение количественных/качественных задач; РСЗ – решение ситуационных задач.

3. Виды контрольно-оценочный деятельности: входная, текущая, тематическая, итоговая.

4. Формы контрольно-оценочный деятельности на уроке: УО – устный опрос; КЗ, СЗ – решение количественных, качественных, ситуационных задач; ПР – практическая работа; Т – тест, КСР – контрольная самостоятельная работа; ТР – творческая работа (рефераты, сообщение, доклад, иллюстрировано-наглядный материал, изготовленный учащимися, проект, web-квест).

Примерные темы рефератов.

Тема № 1. Основы здорового образа жизни

Темы рефератов:

1) Водолечение.

2) Биоритмы человека

3) Проблемы роста (можно ли подрасти?).

4) Дыхательная гимнастика.

5) Фобии - страхи на каждый день.

6) Болезни цивилизации (неврозы, гиподинамия, заболевания сердечно-сосудистой системы).

Тема № 2. Основы медицинских знаний

Темы рефератов:

1) СПИД и его профилактика

2) Классификация инфекций, передаваемых половым путем.

3) Болезнь XXI века.

4) Болезни цивилизации.

Тема № 3. Вредные привычки, их социальные последствия

Темы рефератов:

1) Наркотики.

2) Токсикомания.

3) Правовая ответственность за распространение наркотиков.

Тема № 4. Правильное питание – основы здорового образа жизни

Темы рефератов:

1) Дефицит белка в пищевых продуктах и его преодоление в рамках глобальной продовольственной программы

2) Овощи на столе – здоровье на 100 лет.

3) Сыроедение.

4) Витамины.

5) Основы правильного питания.

6) Рациональное питание.

7) О пользе сырых соков.

8) Чудо голодания.

9) Пост и голодание не одно и то же?

10) Фитотерапия.

11) Мед и медолечение.