МУНИЦИПАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ " СТАНЦИЯ ЮНЫХ НАТУРАЛИСТОВ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПРОХЛАДНЫЙ КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "СТАНЦИЯ ЮНЫХ НАТУРАЛИСТОВ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПРОХЛАДНЫЙ КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
DN: C=RU, S=Кабардино-Балкарская Республика, STREET=пер. Граничный 13, L=г. Прохладный, T=Директор, O="МУНИЦИПАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ""СТАНЦИЯ ЮНЫХ НАТУРАЛИСТОВ"" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПРОХЛАДНЫЙ КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ", ОГРН=1020701193260, СНИЛС=06415894376, ИНН ЮЛ=0716000837, ИНН=071600260007, E=junnat@mail.ru, G=Юлия Анатольевна, SN=Чернова, CN="МУНИЦИПАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ""СТАНЦИЯ ЮНЫХ НАТУРАЛИСТОВ"" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПРОХЛАДНЫЙ КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ"
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2026-11-11 09:26:41

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПРОХЛАДНЫЙ КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ»
«СТАНЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЮНЫХ НАТУРАЛИСТОВ» ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПРОХЛАДНЫЙ КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
(МОДО СЮН Г.О. ПРОХЛАДНЫЙ КБР)

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
МОДО СЮН г.о. Прохладный КБР
Протокол от 28 мая 2026 № 4

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МОДО СЮН г.о. Прохладный КБР
_____ Чернова Ю.А.
Приказ от 28 мая 2026 г. №50

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «ЧЕЛОВЕК И ЕГО ЗДОРОВЬЕ»

Уровень программы: базовый
Вид программы: модифицированный
Адресат: 14-16 лет
Срок реализации: 1 год (72 часа)
Форма обучения: очная
Автор-составитель: Демьянова Людмила Викторовна,
педагог дополнительного образования

г. Прохладный, 2026 г.

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования»

Пояснительная записка

Программа «Человек и его здоровье» сочетает в себе валеологическую и экологическую составляющие. Основными принципами программы являются - принцип сознательности и активности в обучении, принципы гуманизации, дифференциации, экологизации и связи обучения с практикой.

Специфика деятельности обучающихся обусловлена тем, что теоретические знания подкрепляются практическими занятиями. Практические занятия по программе связаны с использованием современных образовательных технологий, физкультурно-оздоровительных мероприятий и здоровьесберегающих технологий. Практические задания способствуют умению применять полученные теоретические знания на практике, например, в умении оказать первую медицинскую помощь при травмах, отравлении, некоторых видах заболеваний. Практические занятия проходят в разных формах – индивидуальных и в форме практических работ.

Представленная программа содержит лабораторный практикум, тестирование, проектную деятельность, которая выражается в самостоятельной работе обучающихся по поиску литературы, её анализу, составлению отчетов. Лекционная и практическая части курса предполагают широкое использование видеофильмов, слайдов, сети Интернет, наглядных пособий.

Направленность программы - естественнонаучная

Уровень реализации программы - базовый

Вид программы: модифицированный

Нормативно-правовая база, регламентирующая деятельность дополнительного образования детей на 2026-2027 учебный год

1. Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Национальный проект «Образование».
3. Конвенция ООН о правах ребенка.
4. Распоряжение Правительства России от 31.03.2022г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (с изменениями и дополнениями).
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями).
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015г. №09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).
8. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации 23.01.2026г. №АБ-254/06 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеразвивающих программ, в том числе в части интеграции с учебными предметами «Труд (технология)», «Музыка», «Изобразительное искусство», «Физическая культура».

9. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 29.09.2023г. №АБ-3935/06 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны».
10. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022г. №ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».
11. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016г. №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей»).
12. Протокол заочного заседания Рабочей группы по дополнительному образованию детей Экспертного совета Министерства просвещения Российской Федерации по вопросам дополнительного образования детей и взрослых, воспитания и детского отдыха от 22.03.2023г. №Д06-23/06пр.
13. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.09.2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
14. Постановление Главного государственного санитарного врача от 28.01.2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СП 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
15. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 26.08.2010г. №761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».
16. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021г. №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».
17. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 04.04.2025г. №269 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность по основным и дополнительным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования и соответствующим дополнительным профессиональным программам, основным программам профессионального обучения, и о Порядке определения учебной нагрузки указанных

педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре, основаниях ее изменения и случаях установления верхнего предела указанной учебной нагрузки».

18. Распоряжение Правительства России от 28.04.2023г. №1105-р «Об утверждении Концепции информационной безопасности детей в Российской Федерации».

19. Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020г. №882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

20. Письмо Минобрнауки России от 03.04.2015г. №АП-512/02 «О направлении методических рекомендаций по НОКО» (вместе с «Методическими рекомендациями по независимой оценке качества образования образовательной деятельности организаций, осуществляющих образовательную деятельность»).

21. Письмо Минобрнауки России от 28.04.2017г. №ВК-1232/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей»).

22. Постановление Правительства России от 20.10.2021г. №1802 «Об утверждении Правил размещения на официальном сайте образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и обновления информации об образовательной организации».

23. Приказ Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки от 30.04.2026г. №920 «О внесении изменений в Требования к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления информации»

24. Закон Кабардино-Балкарской Республики от 24.04.2014г. №23-РЗ «Об образовании» (с изменениями и дополнениями).

25. Постановление Правительства КБР от 22.04.2020г. №85-ПП «О межведомственном совете по внедрению и реализации в Кабардино-Балкарской Республике целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».

26. Распоряжение Правительства КБР от 26.05.2020г. №242-рп «Об утверждении Концепции внедрения модели персонифицированного дополнительного образования детей в КБР».

27. Приказ Минпросвещения КБР от 01.06.2026г. №22/538 «Об утверждении Административного регламента предоставления государственной услуги «Запись на обучение по дополнительной образовательной программе».

28. Приказ Минпросвещения КБР от 22.08.2025г. №22/783 «Об утверждении Правил персонифицированного учета и персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, реализуемого в том числе посредством предоставления детям социальных сертификатов в Кабардино-Балкарской Республике».

29. Приказ Минпросвещения КБР от 26.08.2025г. №22/795 «Об обеспечении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ (экспертизы образовательных программ) в рамках системы персонифицированного финансирования».

30. Приказ Минпросвещения КБР от 15.08.2025г. №22/749 «Об утверждении Региональных требований к регламентации деятельности государственных образовательных учреждений дополнительного образования детей в Кабардино-Балкарской Республике».

31. Письмо Минпросвещения КБР от 20.06.2024г. №22-16-17/5456 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по разработке и реализации дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые и

модульные), «Методическими рекомендациями по разработке и экспертизе качества авторских дополнительных общеразвивающих программ»).
32. Постановление от 25.10.2023 г. №1134 «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей в городском округе Прохладный КБР».
33. Устав МОДО СЮН.
34. Иные локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность дополнительного образования детей.

Актуальность заключается в том, что данная программа предназначена для обучающихся, которых интересует комплекс дисциплин, связанных со здоровьем человека, здоровым образом жизни, профилактикой экологических нарушений в повседневной жизни. Человек рассматривается с позиций биологических и социальных аспектов, т.е. как биосоциальное существо. Данная программа позволит не только обобщить понятие о здоровом образе жизни, но и развить умения и навыки по его соблюдению, сформировать у обучающихся ценностное отношение к своему здоровью и активную жизненную позицию по его сохранению.
Новизна программы состоит в формировании у обучающихся мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию здоровьесберегающей практики. Человек рассматривается не только как система органов, но и даются конкретные рекомендации по профилактике заболеваемости каждой из систем. Практические и самостоятельные работы проводятся с использованием интерактивного пособия «Человек. Анатомия и физиология человека».
Отличительные особенности программы

Данная программа интегрирует с экологией и валеологией, что позволит раскрыть не только проблемы влияния окружающей среды на деятельность органов и систем человека, но и способы защиты организма от влияния неблагоприятных факторов.

Педагогическая целесообразность

Программа, ориентируясь на интересы обучающихся, позволяет решать учебные задачи, углубляя, расширяя и систематизируя знания; помогает понять, что здоровье человека - это достояние всего общества и необходимо бережно относиться как к своему здоровью, так и к здоровью окружающих, что здоровье напрямую зависят от факторов окружающей среды.

В процессе обучения у обучающихся вырабатываются понятия и навыки познания своей личности, возможностей своего характера, способности воспроизводить нужную информацию о наследственности и здоровье, противостоять вредным привычкам, стрессовым ситуациям, умение правильно вести себя в той или иной ситуации, оказывать первую помощь.

Обучаясь по программе «Человек и его здоровье» обучающиеся приобретут умения участвовать в дискуссиях, собирать и анализировать данные для проектов, обоснованно характеризовать влияние неблагоприятных воздействий и вредных привычек на здоровье отдельных органов и систем в целом, объяснять с биологических позиций необходимость бережного отношения к окружающей среде.

Адресат программы

– категория детей – обучающиеся, имеющие мотивацию к изучению естественнонаучных дисциплин;
– возраст детей – от 14 до 16 лет.

Объем и сроки реализации

Программа рассчитана на один год обучения, всего 72 часа в год, из них теория – 27 часов, практика – 45 часов.

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Наполняемость группы

Количество обучающихся в учебной группе 10 человек. В группу могут быть приняты все желающие без предварительного отбора. Состав группы обучающихся – постоянный. Допускается дополнительный набор обучающихся на обучение при наличии освободившихся мест на начальном этапе обучения.

Форма обучения: очная.

Формы занятий

Традиционная модель реализации программы представляет собой линейную последовательность освоения содержания в течение года. Занятия проводятся по группам. Формы проведения учебных занятий подобраны с учетом возрастных психологических особенностей обучающихся, целей и задач образовательной программы, специфики и других факторов.

Программой предусмотрены следующие формы занятий:

- беседа;
- лекция;
- комбинированные занятия;
- самостоятельная работа;
- лабораторная работа;
- практическая работа.

Цель – создание оптимальных условий для всестороннего удовлетворения потребностей обучающихся и развития их индивидуальных склонностей и способностей к изучению анатомии, валеологии, экологии и других смежных дисциплин естественнонаучной направленности.

Задачи

Личностные:

- повышать мотивацию к обучению, получению новых знаний, к ведению здорового образа жизни;
- формировать позитивную, созидательную жизненную позицию среди подростков, стремление к соблюдению принципов и правил безопасности жизнедеятельности, призывать к отказу от вредных привычек и пагубных пристрастий и подкрепление этой позиции естественнонаучными знаниями;
- формировать умение планировать свою деятельность по саморазвитию, самовоспитанию и достигать поставленные цели.

Предметные:

- изучать строение организма человека и функционирования его органов и систем;
- расширять знания об особенностях строения и функционирования различных систем организма у детей школьного возраста;
- выявлять связи организма человека с внешней средой, социальные и экологическиефакторы воздействия на организм;
- углублять теоретические и практические знания по дисциплинам естественнонаучной направленности.

Метапредметные:

– развивать мировоззрение обучающихся;
– развивать профессиональную ориентацию обучающихся, знакомить их с профессиями, связанными с биологией и экологией, на стыке с другими смежными науками;
– развивать умения анализировать свою деятельность, стремление к объективной самооценке;
– развивать потребности в самообразовании и самоопределении личности.

Учебный план

№	Разделы/темы программы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
I.	**Введение в программу «Человек и его здоровье».**	**1**	**1**	**2**	
1.	Введение в программу «Человек и его здоровье». Инструктаж по ТБ	1	1	2	Опрос по теме
II.	**Организм как живая открытая система**	**0**	**2**	**2**	
2.	Основные свойства организма	0	2	2	Лабораторный практикум
III.	**Защитные функции организма**	**2**	**2**	**4**	
3.	Внешние биологические барьеры, их роль в защите организма.	2	0	2	Опрос по теме
4.	Защитные механизмы организма	0	2	2	Лабораторный практикум
IV.	**Окружающая среда и гигиена опорно-двигательной системы**	**4**	**4**	**8**	
5.	Опорно-двигательная система, ее значение.	2	0	2	Опрос по теме
6.	Определение типа телосложения, осанки	0	2	2	Лабораторный практикум:
7.	Остеология – наука о костях.	2	0	2	Опрос по теме
8.	Самонаблюдение за изменением мышц в зависимости от тренировки. Оказание доврачебной помощи при переломах костей.	0	2	2	Лабораторный практикум
V.	**Окружающая среда и гигиена кровеносной, сердечно-сосудистой и лимфатической систем человека**	**4**	**6**	**10**	
9.	Кровеносная система.	2	0	2	Опрос по теме
10.	Изучение клеток крови человека и животных под микроскопом. Инструктаж по ТБ при работе с микроскопами.	0	2	2	Лабораторный практикум
11.	Предупреждение сердечно-сосудистых заболеваний.	2	0	2	Опрос по теме

12.	Определение влияния физической нагрузки на работу сердца.	0	2	2	Лабораторный практикум
13.	Реакция сердечно-сосудистой системы человека на физическую нагрузку.	0	2	2	Лабораторный практикум
VI.	**Окружающая среда и гигиена пищеварительной системы человека**	4	6	10	
14.	Пищеварительная система, её значение.	2	0	2	Опрос по теме
15	Изучение клеток слизистой оболочки полости рта.	0	2	2	Лабораторный практикум
16.	Гигиена и профилактика заболеваний зубов.	0	2	2	Лабораторный практикум
17.	Пищеварение в ротовой полости,желудке, кишечнике.	2	0	2	Опрос по теме
18.	Определение суточной калорийности питания.	0	2	2	Лабораторный практикум
VII.	**Влияние окружающей среды на функциональную деятельность выделительных и дыхательных систем организма человека.**	**4**	**6**	**10**	
19.	Дыхательная система, её значение и сущность. Повторный инструктаж по ТБ.	2	0	2	Опрос по теме
20.	Определение полного, поверхностного, носового дыхания, жизненной емкости легких.	0	2	2	Лабораторный практикум
21.	Выделительная система.	2	0	2	Опрос по теме
22.	Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, ожогах, обморожениях и электрошоке.	0	2	2	Лабораторный практикум
23.	Влияние вредных привычек на здоровье человека.	0	2	2	Проектная деятельность
VIII.	**Взаимосвязь окружающей среды с обменными процессами в организме человека**	**2**	**6**	**8**	
24.	Обмен веществ и энергии. Общее представление о метаболизме.	2	0	2	Опрос по теме
25.	Свойства белков, жиров и углеводов.	0	2	2	Лабораторный практикум
26.	Определение энергозатрат человека в течение дня.	0	2	2	Лабораторный практикум
27.	Роль витаминов в обменных процессах организма.	0	2	2	Лабораторный практикум
IX.	**Воздействие окружающей среды на органы чувств и ВНД человека**	**4**	**8**	**12**	

28.	Органы чувств. Общие представления об органах чувств и анализаторах.	2	0	2	Опрос по теме
29.	Нервная система.	2	0	2	Опрос по теме
30.	Сравнительная характеристика безусловных и условных рефлексов.	0	2	2	Лабораторный практикум
31.	Память, ее виды	0	2	2	Лабораторный практикум
32.	Органы чувств, их гигиена и профилактика	0	2	2	Лабораторный практикум
33.	Высшая нервная деятельность	0	2	2	Лабораторный практикум
X.	**Функциональные особенности и развития человеческого организма**	**1**	**1**	**2**	
34.	Эндокринная система.	1	1	2	Опрос по теме
XI.	**Экология человека**	**1**	**1**	**2**	
35.	Естественно-природные аспекты жизнедеятельности человека. Биологическое, социальное инравственное в природе человека.	1	1	2	Опрос по теме
XII.	**Итоговое занятие**	**0**	**2**	**2**	
36.	Человек и его здоровье.	0	2	2	Итоговое тестирование
	ИТОГО	**27**	**45**	**72**	

Содержание учебного плана

Раздел I. Введение в программу «Человек и его здоровье» (2 часа)

Тема 1. Введение в программу «Человек и его здоровье». Инструктаж по ТБ (2 часа)

Теория: Знакомство с объемом программы, целями и задачами курса «Человек и его здоровье». Значение биологических знаний и основные области их применения. Вводный инструктаж по ТБ во время проведения практических занятий и лабораторных работ с применением анатомических моделей и тренажеров. Правила поведения для обучающихся. Консультации, экскурсии, оформление документов, сопровождающих УВП для обучающихся и родителей.

Практика: Определение первоначальных знаний и уровня подготовки обучающихся по биологии.

Раздел II. Организм как живая открытая система (2 часа)

Тема 2. Основные свойства организма (2 часа)

Теория: Обмен веществ – признак жизни. Саморегуляция функций организма. Внутренняя среда организма, зависимость гомеостаза от условий внешней среды. Неблагоприятные факторы окружающей среды и их воздействие на организм. Взаимодействие организма с внешней средой. Исследование причин, влияющих на состояние здоровья населения.

Практика: Оценка состояния физического здоровья.

Раздел III. Защитные механизмы организма (4 часа)

Тема 3. Внешние биологические барьеры, их роль в защите организма (2 часа)

Теория: Иммунная защита организма, формы иммунитета, свойства иммунной системы.

Зависимость состояния организма от его защитных свойств. Иммунитет, его виды. Учение об иммунитете. Инфекционные болезни, прививки. СПИД и борьба с ним.

Тема 4. Защитные механизмы организма (2часа)

Практика: Защитные механизмы организма. Составление индивидуальной программы укрепления здоровья. Оценка состояния противоинфекционного иммунитета.

Раздел IV. Окружающая среда и гигиена опорно-двигательной системы (8 часов)

Тема 5. Опорно-двигательная система, ее значение (2часа)

Теория: Пассивная часть опорно-двигательного аппарата. Скелет человека, его значение, сходство скелетов человека и животных. Особенности скелета человека, связанные с трудовой деятельностью и прямохождением. Типы соединения костей.

Тема 6. Определение типа телосложения, осанки (2 часа)

Практика: Определение типа телосложения, осанки. Режим двигательной активности для разных возрастных групп.

Тема 7. Остеология – наука о костях (2 часа)

Теория: Состав, строение, классификация и свойства костей. Рост костей. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах и переломах костей.

Тема 8. Самонаблюдение за изменением мышц в зависимости от тренировки. Оказание доврачебной помощи при переломах костей (2часа)

Практика: Самонаблюдение за изменением мышц в зависимости от тренировки. Оказание доврачебной помощи при переломах костей.

Раздел V. Окружающая среда и гигиена кровеносной, сердечно-сосудистой и лимфатической систем человека (10 часов)

Тема 9. Кровеносная система (2часа)

Теория: Внутренняя среда организма. Гомеостаз. Значение крови и кровообращения. Гематология – наука о крови. Состав крови и характеристики ее компонентов. Механизм свертывания крови. Группы крови. Переливание крови. Донорство. Общее представление о системе кровообращения. Строение артерий, капилляров, вен. Строение сердца. Свойства сердечной мышцы. Большой и малый круги кровообращения. Кровоснабжение сердца. Работа сердца. Кровяное давление. Регуляция сердечной деятельности. Лимфа и лимфообращение.

Тема 10. Изучение клеток крови человека и животных под микроскопом. Инструктаж по ТБ при работе с микроскопами (2часа)

Практика: Изучение клеток крови человека и животных под микроскопом.

Тема 11. Предупреждение сердечно-сосудистых заболеваний (2часа)

Теория: Первая помощь при кровотечениях. Физиологические особенности и гигиена кровеносной, сердечно-сосудистой и лимфатической систем человека. Функциональные нарушения работы сердца, кровеносной системы, их профилактика.

Тема 12. Определение влияния физической нагрузки на работу сердца (2 часа)

Практика: Определение влияния физической нагрузки на работу сердца.

Тема 13. Реакция сердечно-сосудистой системы человека на физическую нагрузку (2 часа)

Практика: Определение стрессоустойчивости сердечно-сосудистой системы.

Раздел VI. Окружающая среда и гигиена пищеварительной системы человека (10 часа)

Тема 14. Пищеварительная система, её значение (2 часа)

Теория: Строение и функции органов пищеварения. Этапы процесса пищеварения, пищеварительные ферменты. Работы И.П. Павлова по изучению пищеварения. Пищеварительные железы. Всасывание. Регуляция пищеварения. Предупреждение гельминтозов и желудочно-кишечных заболеваний.

Тема 15. Клетки слизистой оболочки полости рта (2 часа)
Практика: Изучение клеток слизистой оболочки полости рта.
Тема 16. Гигиена и профилактика заболеваний зубов. (2 часа)
Практика: Гигиена и профилактика заболеваний зубов.
Тема 17. Пищеварение в ротовой полости, желудке, кишечнике (2 часа)
Теория: Функциональные нарушения и гигиена пищеварения в железах пищеварительной системы. Функциональные нарушения и гигиена пищеварения в кишечнике. Функция аппендикса в организме. Проблемы питания человека. Экологически чистые продукты.
Тема 18. Определение суточной калорийности питания (2 часа)
Практика: Составление суточного меню здорового питания.
Раздел VII. Влияние окружающей среды на функциональную деятельность выделительныхи дыхательных систем организма человека. (10 часов)
Тема 19. Дыхательная система, её значение и сущность. Повторный инструктаж по ТБ (2 часа)
Теория: Повторный инструктаж по ТБ во время проведения практических и лабораторных работ с применением анатомических моделей и тренажеров. Строение и функции органов дыхания. Голосовой аппарат. Механизм входа и выхода. Вентиляция легких и дыхательный акт. Диффузия газов в крови. Транспорт газов кровью. Регуляция дыхания. Искусственное дыхание.
Тема 20. Определение полного, поверхностного, носового дыхания, жизненной емкости легких (2 часа)
Практика: Определение полного, поверхностного, носового дыхания, жизненной емкости легких.
Тема 21. Выделительная система (2 часа)
Теория: Значение выделения из организма конечных продуктов обмена веществ. Органы мочевыделительной системы, их функции. Регуляция деятельности почек. Функциональные особенности, гигиена и профилактика половой и мочевыделительной систем. Кожа. Функциональные особенности, строение, гигиена и профилактика заболеваний кожи.
Тема 22. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, ожогах, обморожениях и электрошоке (2 часа)
Практика: Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, ожогах, обморожениях и электрошоке.
Тема 23. Влияние вредных привычек на здоровье человека (2 часа)
Практика: Влияние вредных привычек на здоровье человека.
Раздел VIII. Взаимосвязь окружающей среды с обменными процессами в организме человека. (8 часов)
Тема 24. Обмен веществ и энергии. Общее представление о метаболизме (2 часа)
Теория: Анаболизм и катаболизм, их взаимосвязь. Обмен органических веществ, воды и минеральных солей. Витамины. Функции витаминов в обмене веществ. Гипо- и гипервитаминозы. Аллергические болезни и их причины. Профилактика аллергии. Патология и профилактика обменных процессов в организме.
Тема 25. Свойства белков, жиров и углеводов (2 часа)
Практика: Определение свойств белков, жиров и углеводов.
Тема 26. Определение энергозатрат человека в течение дня (2 часа)
Практика: Составления дневника наблюдения энергозатрат человека в течение дня.
Тема 27. Витамины. Функции витаминов в обмене веществ (2 часа)
Практика: Роль витаминов в обменных процессах организма
Раздел IX. Воздействие окружающей среды на органы чувств и ВНД человека. (12 часов)

Тема 28. Органы чувств. Общие представления об органах чувств и анализаторах (2 часа)
Теория: Орган зрения: строение и аккомодация глаза, световая чувствительность, адаптация, острота зрения, бинокулярное зрение. Орган слуха: строение, передача и восприятие звуковых колебаний. Орган равновесия: строение и функции. Органы обоняния и вкуса. Гигиена органов чувств. Физиологические особенности глаза — органа зрения, гигиена и профилактика глазных заболеваний. Физиологические особенности уха, гигиена и профилактика заболеваний.
Тема 29. Нервная система (2 часа)
Теория: Структурные элементы нервной системы: нейрон, нервное волокно, клетки глии, мозговые оболочки, рецепторы нервов. Анатомия центральной и периферической нервной системы. Автономная нервная система. Высшая нервная деятельность. Внимание. Первая и вторая сигнальные системы. Четыре типа высшей нервной деятельности. Сознание. Мышление. Сон и его физиологические особенности.
Тема 30. Сравнительная характеристика безусловных и условных рефлексов (2часа)
Практика: Определение условных и безусловных рефлексов.
Тема 31. Память, ее виды (2 часа)
Практика: Определение видов и объёмов памяти.
Тема 32. Органы чувств, их гигиена и профилактика (2 часа)
Практика: Определение гигиенических требований к освещению рабочего места. Определение гигиенических требований при работе за компьютером. Меры по снижению утомляемости зрения.
Тема 33. Высшая нервная деятельность (2 часа)
Практика: Анкетирование, выявляющее особенности мыслительной деятельности людей правополушарных и левополушарных.
Раздел X. Функциональные особенности и развития человеческого организма. (2часа)
Тема 34. Эндокринная система (2 часа)
Теория: Экзокринные и эндокринные железы. Гормоны. Внутрисекреторная деятельность желез и нарушения их функций. Патологические изменения функций эндокринных желез. Половое созревание. Репродуктивная система. Строение и функции мужской и женской репродуктивной системы. Оплодотворение, внутриутробное и постэмбриональное развитие организма. Наследование групп крови и резус-фактора. Факторы риска и возможные пути их предупреждения. Профилактика заболеваний репродуктивной системы.
Практика: Тестирование по теме «Функциональные особенности и развития человеческого организма».
Раздел XI. Экология человека (2часа)
Тема 35. Естественно-природные аспекты жизнедеятельности человека. Биологическое, социальное и нравственное в природе человека (2 часа)
Теория: Влияние социальных факторов на природу человека. Вредные привычки. Вредное пристрастие к курению. Алкоголь. Наркомания и токсикомания. СПИД. Здоровый образ жизни и его влияние на природу человека. Значение культуры в формировании личности человека.
Практика: Тестирование по теме «Экология человека».
Раздел XII. Итоговое занятие (2часа)
Тема 36. Итоговое занятие по программе «Человек и его здоровье» (2часа)
Практика: Тестирование по теме «Человек и его здоровье».

Планируемые результаты

Личностные:

У обучающихся будут сформированы:

- мотивация к обучению, получению новых знаний, к ведению здорового образа жизни;
- стремление к соблюдению принципов и правил безопасности жизнедеятельности, котказу от вредных привычек и пагубных пристрастий;
- умение планировать свою деятельность по саморазвитию, самовоспитанию и достигать поставленные цели.

Предметные:

Обучающиеся будут знать:

- особенности строения и функционирования различных систем организма подростка и человека в целом;
- связь организма человека с внешней средой, о социальных и экологических факторах, воздействующих на организм;
- теоретические и практические знания по анатомии и физиологии человека.

Метапредметные:

Обучающиеся будут:

- профессионально ориентироваться в мире современных профессий, связанных сбиологией, экологией, и с другими смежными науками;
- реализовывать свои потребности в разнообразии форм общения, в том числе состязательных, в позитивном самоутверждении личности;
- анализировать свою деятельность, стремление к объективной самооценке.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

Календарный учебный график

Режим организации занятий по данной дополнительной общеразвивающей программе определяется календарным учебным графиком и соответствует нормам, утвержденным санитарным правилам СП 2.4.3648 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» № 28 от 28.09.2020 (СанПин2.4.3648-20, пункт 3.6).

Год обучения (уровень программы)	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год (базовый)	01.09	31.05	36	72	1 раз в неделю по 2 академических часа

Условия реализации программы

Программа реализуется в оборудованном кабинете со столами и стульями соответственно возрасту детей (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи». Предметно развивающая среда соответствует интересам и потребностям детей, целям и задачам программы. На занятиях используются материалы, безопасность которых подтверждена санитарно-эпидемиологическим условиям.

Кадровое обеспечение

Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими высшее образование, соответствующее направленности дополнительной общеразвивающей программы.

Рекомендуется обучение по дополнительным профессиональным программам по профилю педагогической деятельности не реже чем один раз в три года.

Материально-техническое обеспечение

Реализация программы предполагает наличие учебного кабинета со следующим оборудованием:

- ученические столы (11 штук);
- ученические стулья (11 штук);
- ноутбук– 1 шт.;
- колонки или иная акустическая система;
- мультимедийный проектор и экран (или интерактивная доска).

Инструменты и материалы

- тетрадь в клетку (36 листов);
- микроскоп (оптический);
- тренажер для освоения навыков сердечно-легочной реанимации взрослого и ребенка;
- тренажер для оказания первой помощи на месте происшествия;

- набор «Органы чувств»;
- анатомическая модель глаза;
- анатомическая модель уха;
- модель гортани в разрезе;
- модель желудка в разрезе;
- модель локтевого сустава подвижная;
- модель носа в разрезе;
- модель почки в разрезе;
- модель сердца (демонстрационная);
- имитаторы ранений и поражений для тренажера-манекена;
- цифровая лаборатория по физиологии;
- интерактивное пособие «Человек. Строение тела человека».

Методы работы

На занятиях используются различные методы обучения: лекция, рассказ, беседа, дискуссия, практическая работа, и используются такие приемы учебно-воспитательного процесса, как словесный, объяснительно-иллюстрационный, практический и игровой.

Занятие, как основная форма организации образовательной деятельности, содержит теоретическую часть и практическую работу по закреплению изученного материала. Условно можно выделить следующие части организации занятия:

1. Организация начала занятия, постановка личностных, предметных и метапредметных задач, сообщение темы и плана занятия.

2. Проверка имеющихся у обучающихся знаний и умений, и их готовности к изучению новой темы.

3. Ознакомление с новыми знаниями и умениями.

4. Упражнения на освоение и закрепление знаний, умений, навыков по образцу, а также их применение в сходных ситуациях, проведение практических работ.

5. Подведение итогов занятия, формулирование выводов.

Дидактический материал подбирается и систематизируется в соответствии с учебно-тематическим планом (по каждой теме), возрастными и психологическими особенностями обучающихся, уровнем их развития и способностями.

Дидактическое обеспечение программы:

- учебные пособия по экологии, зоологии и ботанике;
- научная литература;
- научно-популярная и детская научно-популярная литература;
- дидактические материалы;
- иллюстрации, плакаты;
- презентации;
- видеоролики.

При реализации программы используются здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные технологии, технологии проблемного обучения. Они дают возможность обучающимся работать творчески, способствуют развитию любознательности, повышают активность, приносят радость, формируют у обучающегося желание узнавать что-то новое для себя.

Здоровьесберегающие технологии предполагают такое обучение, при котором обучающиеся не устают, а продуктивность их работы возрастает.

Для обеспечения безопасного обучения обучающихся на занятиях:

1. Создаются в кабинетах соответствующие условия для работы:

- удобная мебель и её правильная расстановка;
- воздушно-тепловой режим (поддерживается оптимальная температура 19- 210С и относительная влажность 50-60%, естественная вентиляция при проветривании кабинета);
- освещённость (комбинируются естественное и искусственное освещение, используются жалюзи на окнах);
- контроль над уровнем шума (не превышает допустимых значений, ограничено количество копировальных устройств, сканеров и принтеров);
- чистота кабинета (проводится ежедневная влажная уборка);
- эстетика кабинета (используется краска, не дающая бликов, подобраны спокойные светлые цвета для окраски стен, пола и потолка);
- грамотное оформление кабинета (в наличии инструкции по технике безопасности и правилам поведения в компьютерном классе, а также рекомендации по соблюдению правильной осанки, комплексы упражнений для снятия напряжения).

2. Систематически проводится гимнастика для глаз, упражнения для улучшения мозгового кровообращения, снятия утомления с плечевого пояса и рук, с туловища и ног.

3. Тщательно контролируется выполнение санитарно - гигиенических норм пользователями в кабинете.

4. Создается благоприятный эмоциональный климат (это доброе слово или народная мудрость, юмор, старание понять ученика и помочь ему), у учащихся не должно быть стеснения или страха обратиться за разъяснением или помощью (эмоциональная напряжённость и скованность ведут к утомлению и усталости, чувство успеха при выполнении заданий, напротив, положительно влияет на здоровье человека).

5. Чередуются различные виды работ, т.к. смена видов деятельности является крайне необходимым условием здоровьесбережения.

Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение

Обеспечение программы предусматривает наличие следующих учебно-методических пособий:

- электронные учебные пособия;
- видеоролики;
- презентации;
- информационные материалы, посвященные данной дополнительной общеобразовательной программе.

Для успешной реализации программы необходим пакет Microsoft Office.

По результатам работ будут создаваться фото - материалы, которые будут использоваться в качестве отчетности о проделанной работе.

Формы аттестации/контроля

В ходе реализации программы применяются три основных вида контроля:

- **Входной контроль** (сентябрь): проводится в форме диагностической беседы и стартового тестирования для определения начального уровня знаний по анатомии человека.
- **Промежуточный контроль** (декабрь/январь): проводится в форме полугодового тестирования и защиты промежуточных мини-проектов.
- **Итоговый контроль / аттестация** (май): проводится в форме комплексного итогового тестирования и зачета по практическим навыкам оказания первой помощи.

Оценочные материалы

Оценочными материалами являются:

- тесты;
- письменные и устные опросники;
- практические задания;
- карточки.

Список литературы для педагога

1. Биология. Задания и упражнения. Т.Л. Богданова. Москва «Высшая школа» 1991г.
2. Биология. Иллюстрированный словарь. Москва «Астрель», 2005г.
3. Биология. Технологические карты уроков. В.Н.Семенцова. Санкт – Петербург «Паритет» 2002г.
4. Дробинская, А. О. Анатомия и физиология человека. Учебник и практикум для вузов / А. О. Дробинская. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 414 с.
5. Каменский, А. А. Физиология человека: атлас-справочник / А. А. Каменский, И. Е. Сергеев. — Москва : АСТ, 2023. — 256 с.
6. Кучма, В. Р. Руководство по гигиене детей и подростков, медицинскому обеспечению обучающихся / В. Р. Кучма. — Москва : ФГАНУ «НИИ МТО», 2022. — 380 с.
7. Субботин, С. В. Первая помощь: Учебно-методическое пособие по оказанию первой доврачебной помощи / С. В. Субботин. — Москва : Просвещение, 2023. — 112 с.
8. Тайны анатомии. Кэрол Доннер. Москва «Мир»1988г.
9. Человек, его здоровье и окружающая среда. Д. П. Гольнева. Челябинск «Факел» 1995г.
10. Я иду на урок биологии. Человек и его здоровье. Книга для учителя. Москва «Первое сентября» 2000г.

Список литературы для обучающихся

1. Биология. Анатомия человека. Авторский коллектив. Москва «Эксимо», 2003г.
2. Биология. Иллюстрированный словарь. Москва «Астрель», 2005г.
3. Биология. Задания и упражнения. Т.Л. Богданова. Москва «Высшая школа».1991г.
4. Вялов **С. С.** О чем молчит печень. Как уберечь главный орган от фастфуда, алкоголя и лекарств / С. С. Вялов. — Москва : АСТ, 2024. — 288 с.

5. Казанцева **А. А.** В интернете кто-то неправ! Научные исследования для всех, кто хочет разобраться в фактах / А. А. Казанцева. — Москва : Corpus, 2021. — 376 с.
6. «Как же вы устроены, господин тело?» Л.Этинген. Москва «Линка – Пресс» 1997г.
7. Никифорук Н. С. Тайны человеческого тела. Иллюстрированный медицинский атлас / Н. С. Никифорук. — Москва : Эксмо, 2023. — 192 с.
8. Паевский А. Ю. Вообще чума! История болезней от древности до наших дней / А. Ю. Паевский А. Н. Хоружая. — Москва : Паулсен, 2022. — 240 с.
9. Полуэктов М. Г**.** Загадки сна. От бессонницы до летаргии / М. Г. Полуэктов. — Москва : Альпина нон-фикшн, 2022. — 294 с.
10. Тайны анатомии. Кэрол Доннер. Москва «Мир» 1988г.
11. Человек, его здоровье и окружающая среда. Д. П. Гольнева. Челябинск «Факел» 1995г.
12. Эндерс Дж. Очаровательный кишечник. Как самый могущественный орган управляет нами / Джулия Эндерс ; перевод с немецкого А. А. Соколовской. — Москва : Эксмо, 2023. — 352 с.

Интернет-ресурсы

1. Атлас. Анатомия и физиология человека [Фото, видео, текст] – режим доступа: https://e-library.sammu.uz/
2. База знаний по экологии [Фото, видео, текст] – режим доступа: https://humbio.ru/
3. Биологический словарь [Фото, текст] – режим доступа http://www.ckii.ru/Library/Vocabulary/59
4. Биология [Фото, видео, текст] – режим доступа: http://biologylib.ru/
5. Проект «Вся биология» [Фото, видео, текст] – режим доступа: https://sbio.info/

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПРОХЛАДНЫЙ КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ»

МУНИЦИПАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СТАНЦИЯ ЮНЫХ НАТУРАЛИСТОВ»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПРОХЛАДНЫЙ КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
(МОДО СЮН Г.О. ПРОХЛАДНЫЙ КБР)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
НА 2026-2027 УЧЕБНЫЙ ГОД
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
«ЧЕЛОВЕК И ЕГО ЗДОРОВЬЕ»

Уровень: базовый
Адресат: 14-16 лет
Год обучения: 1-ый год обучения
Автор-составитель: Демьянова Людмила Викторовна,
педагог дополнительного образования

г. Прохладный 2026г.

Особенности организации образовательной деятельности по дополнительной общеразвивающей программе

Кол-во часов по программе - 72, по расписанию – 72 для каждой группы.

Дни и часы занятий:

– Группа №__ (день недели) время в расписании с перерывом _____мин;

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Программа рассчитана на 72 часа, из них:

– теория – 27 часов;

– практика – 45 часа.

Цель – создание оптимальных условий для всестороннего удовлетворения потребностей обучающихся и развития их индивидуальных склонностей и способностей к изучению анатомии, валеологии, экологии и других смежных дисциплин естественнонаучной направленности.

Задачи

Личностные:

– повышать мотивацию к обучению, получению новых знаний, к ведению здорового образа жизни;

– формировать позитивную, созидательную жизненную позицию среди подростков, стремление к соблюдению принципов и правил безопасности жизнедеятельности, призывать к отказу от вредных привычек и пагубных пристрастий и подкрепление этой позиции естественнонаучными знаниями;

– формировать умение планировать свою деятельность по саморазвитию, самовоспитанию и достигать поставленные цели.

Предметные:

– изучать строение организма человека и функционирования его органов и систем;

– расширять знания об особенностях строения и функционирования различных систем организма у детей школьного возраста;

– выявлять связи организма человека с внешней средой, социальные и экологические факторы воздействия на организм;

– углублять теоретические и практические знания по дисциплинам естественнонаучной направленности.

Метапредметные:

– развивать мировоззрение обучающихся;

– развивать профессиональную ориентацию обучающихся, знакомить их с профессиями, связанными с биологией и экологией, на стыке с другими смежными науками;

– развивать умения анализировать свою деятельность, стремление к объективной самооценке;

– развивать потребности в самообразовании и самоопределении личности.

Планируемые результаты

Личностные:

У обучающихся будут сформированы:

– мотивация к обучению, получению новых знаний, к ведению здорового образа жизни;

– стремление к соблюдению принципов и правил безопасности жизнедеятельности, к отказу от вредных привычек и пагубных пристрастий;

– умение планировать свою деятельность по саморазвитию, самовоспитанию и достигать поставленные цели.

Предметные:

Обучающиеся будут знать:

– особенности строения и функционирования различных систем организма подростка и человека в целом;

– связь организма человека с внешней средой, о социальных и экологических факторах, воздействующих на организм;

– теоретические и практические знания по анатомии и физиологии человека.

Метапредметные:

Обучающиеся будут:

– профессионально ориентироваться в мире современных профессий, связанных сбиологией, экологией, и с другими смежными науками;

– реализовывать свои потребности в разнообразии форм общения, в том числе состязательных, в позитивном самоутверждении личности;

– анализировать свою деятельность, стремление к объективной самооценке.

Календарно – тематический план

№	Дата		Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Содержание деятельности		Форма аттестации/ контроля
	план	факт			Теоретическая часть занятия	Практическая часть занятия	
			I.Введение в программу «Человек и его здоровье»	**2**	**1**	**1**	
1.			Введение в программу «Человек и его здоровье»	2	Знакомство с объемом программы, целями и задачами курса «Человек и его здоровье». Значение биологических знаний и основные области их применения. Инструктаж по ТБ.	Определение первоначальных знаний и уровня подготовки обучающихся по биологии.	Опрос по теме
			II.Организм как живая открытая система	**2**	**0**	**2**	
2.			Основные свойства организма	2	Обмен веществ – признак жизни. Саморегуляция функций организма. Внутренняя среда организма, зависимость гомеостаза от условий внешней среды. Неблагоприятные факторы окружающей среды и их воздействие на организм.	Оценка состояния физического здоровья.	Лабораторный практикум
			III.Защитные механизмы организма	**4**	**2**	**2**	
3.			Внешние биологические	2	Иммунная защита организма, формы	-	Опрос по теме

			барьеры, их роль в защите организма		иммунитета, свойства иммунной системы. Зависимость состояния организма от его защитных свойств. Иммунитет, его виды. Учение об иммунитете. Инфекционные болезни, прививки. СПИД и борьба с ним.		
4.			Защитные механизмы организма	2	-	Составление индивидуальной программы укрепления здоровья.	Лабораторный практикум
			IV.Окружающая среда и гигиена опорно-двигательной системы	**8**	**4**	**4**	
5.			Опорно-двигательная система, и ее значение	2	Пассивная часть опорно-двигательного аппарата. Скелет человека, его значение, сходство скелетов человека и животных. Особенности скелета человека, связанные с трудовой деятельностью и прямохождением.	-	Опрос по теме
6.			Определение типа телосложения, осанки	2	-	Режим двигательной активности для разных возрастных групп.	Лабораторный практикум
7.			Остеология – наука о костях	2	Состав, строение, классификация и свойства костей. Рост костей. Первая помощь при ушибах, растяжении связок,	-	Опрос по теме

					вывихах и переломах костей.		
8.			Самонаблюдение за изменением мышц в зависимости от тренировки.	2	-	Самонаблюдение за изменением мышц в зависимости от тренировки. Оказание доврачебной помощи при переломах костей.	Лабораторный практикум
			V.Окружающая среда и гигиена кровеносной, сердечно-сосудистой и лимфатической систем человека	**10**	**4**	**6**	
9.			Кровеносная система	2	Внутренняя среда организма. Механизм свертывания крови. Группы крови. Общее представление о системе кровообращения. Строение сердца. Большой и малый круги кровообращения.	-	Опрос по теме
10.			Изучение клеток крови человека и животных под микроскопом	2	-	Инструктаж по ТБ. Изучение клеток крови человека и животных под микроскопом.	Лабораторный практикум
11.			Предупреждение сердечно-сосудистых заболеваний	2	Первая помощь при кровотечениях. Физиологические особенности и гигиена кровеносной, сердечно-сосудистой и лимфатической систем человека. Функциональные нарушения работы	-	Опрос по теме

					сердца, кровеносной системы, их профилактика.		
12.			Определение влияния физической нагрузки на работу сердца	2	-	Определение влияния физической нагрузки на работу сердца	Лабораторный практикум
13.			Реакция сердечно-сосудистой системы человека на физическую нагрузку	2	-	Определение стрессоустойчивости сердечно-сосудистой системы.	Лабораторный практикум
			VI.Окружающая среда и гигиена пищеварительной системы человека	**10**	**4**	**6**	
14.			Пищеварительная система, её значение	2	Строение и функции органов пищеварения. Этапы процесса пищеварения, пищеварительные ферменты.	-	Опрос по теме
15.			Клетки слизистой оболочки полости рта	2	-	Изучение клеток слизистой оболочки полости рта. Гигиена и профилактика заболеваний зубов.	Лабораторный практикум
16.			Клетки слизистой оболочки полости рта	2	-	Изучение клеток слизистой оболочки полости рта. Гигиена и профилактика заболеваний зубов.	Лабораторный практикум
17.			Пищеварение в ротовой полости, желудке, кишечнике	2	Функциональные нарушения и гигиена пищеварения в железах пищеварительной системы. Функциональные нарушения и гигиена	-	Опрос по теме

					пищеварения в кишечнике.		
18.			Определение суточной калорийности питания	2	-	Составление суточного меню здорового питания.	Лабораторный практикум
			VII.Влияние окружающей среды на функциональную деятельность выделительных и дыхательных систем организма человека.	**10**	**4**	**6**	
19.			Дыхательная система, её значение и сущность	2	Повторный инструктаж по ТБ. Строение и функции органов дыхания. Голосовой аппарат. Вентиляция легких и дыхательный акт. Диффузия газов в крови. Транспорт газов кровью.	-	Опрос по теме
20.			Определение полного, поверхностного, носового дыхания, жизненной емкости легких	2	-	Определение полного, поверхностного, носового дыхания, жизненной емкости легких.	Лабораторный практикум
21.			Выделительная система	2	Значение выделения из организма конечных продуктов обмена веществ. Органы мочевыделительной системы, их функции. Регуляция деятельности почек. Функциональные особенности, гигиена и профилактика	-	Опрос по теме

					половой и мочевыделительной систем. Кожа. Функциональные особенности, строение, гигиена и профилактика заболеваний кожи.		
22.			Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, ожогах, обморожениях и электрошоке	2	-	Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, ожогах, обморожениях и электрошоке	Лабораторный практикум
23.			Влияние вредных привычек на здоровье человека	2	-	Влияние вредных привычек на здоровье человека	Проектная деятельность
			VIII. Взаимосвязь окружающей среды с обменными процессами в организме человека.	8	2	6	
24.			Обмен веществ и энергии. Общее представление о метаболизме	2	Анаболизм и катаболизм, их взаимосвязь. Обмен органических веществ, воды и минеральных солей. Витамины. Функции витаминов в обмене веществ. Гипо- и гипервитаминозы. Аллергические болезни и их причины. Профилактика аллергии. Патология и профилактика обменных процессов в организме.	-	Опрос по теме
25.			Свойства белков,	2	-	Определение	

			жиров и углеводов			свойств белков, жиров и углеводов.	Лабораторный практикум
26.			Определение энергозатрат человека в течение дня	2	-	Составления дневника наблюдения энергозатрат человека в течение дня.	Лабораторный практикум
27.			Витамины. Функции витаминов в обмене веществ	2	-	Роль витаминов в обменных процессах организма.	Лабораторный практикум
			IX. Воздействие окружающей среды на органы чувств и ВНД человека.	12	4	8	
28.			Органы чувств. Общие представления об органах чувств и анализаторах	2	Орган зрения: строение. Орган слуха: строение. Орган равновесия: строение и функции. Органы обоняния и вкуса. Гигиена органов чувств. Физиологические особенности глаза. Физиологические особенности уха.	-	Опрос по теме
29.			Нервная система	2	Структурные элементы нервной системы. Анатомия центральной и периферической нервной системы. Автономная нервная система. Высшая нервная деятельность. Внимание. Первая и вторая сигнальные системы. Четыре типа высшей	-	Опрос по теме

					нервной деятельности.		
30.			Сравнительная характеристика безусловных и условных рефлексов	2	-	Определение условных и безусловных рефлексов.	Лабораторный практикум
31.			Память, ее виды	2	-	Определение видов и объёмов памяти.	Лабораторный практикум
32.			Органы чувств, их гигиена и профилактика	2	-	Определение гигиенических требований к освещению рабочего места, при работе за компьютером.	Лабораторный практикум
33.			Высшая нервная деятельность	2	-	Анкетирование, выявляющее особенности мыслительной деятельности людей право и левополушарных.	Лабораторный практикум
			X.Функциональные особенности и развития человеческого организма.	2	1	1	
34.			Эндокринная система	2	Экзокринные и эндокринные железы. Гормоны. Внутрисекреторная деятельность желез и нарушения их функций. Репродуктивная система. Строение и функции мужской и женской репродуктивной системы. Оплодотворение, внутриутробное и постэмбриональное развитие организма.	Функциональные особенности и развития человеческого организма	Тестирование

					Наследование групп крови и резус-фактора.		
			XI. Экология человека	2	1	1	
35.			Естественно-природные аспекты жизнедеятельности человека. Биологическое, социальное и нравственное в природе человека	2	Влияние социальных факторов на природу человека. Вредные привычки. Вредное пристрастие к курению. Алкоголь. Наркомания и токсикомания. СПИД. Здоровый образ жизни и его влияние на природу человека.	Экология человека	Тестирование
			XII.Итоговое занятие	**2**	0	2	
36.			Человек и его здоровье			Человек и его здоровье	Тестирование
			ВСЕГО:	**72**	**27**	**45**	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПРОХЛАДНЫЙ КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ»

МУНИЦИПАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СТАНЦИЯ ЮНЫХ НАТУРАЛИСТОВ»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ПРОХЛАДНЫЙ КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
(МОДО СЮН Г.О. ПРОХЛАДНЫЙ КБР)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА 2026-2027 УЧЕБНЫЙ ГОД К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ «ЧЕЛОВЕК И ЕГО ЗДОРОВЬЕ»

Адресат: 14-16 лет
Год обучения: 1-ый год обучения
Автор-составитель: Демьянова Людмила Викторовна,
педагог дополнительного образования

г. Прохладный, 2026г.

Характеристика объединения «Человек и его здоровье»

Деятельность объединения имеет естественнонаучную направленность.
Количество обучающихся объединения составляет ___ человек.
Из них мальчиков – ___, девочек – ___.
Обучающиеся имеют возрастную категорию детей от 14 до 16 лет.
Формы работы: индивидуальные и групповые.

Цель, задачи и планируемый результат воспитательной работы

Цель: формирование ценностного отношения к живой природе, научному познанию и собственному здоровью, а также воспитание экологически ответственного гражданина с активной созидательной жизненной позицией.

Задачи:

- сформировать у обучающихся экобиоцентрическое сознание через осознание личной ответственности за сохранение окружающей среды;
- воспитать бережное отношение к природному наследию России и родного края (Кабардино-Балкарской Республики);
- побудить к активному участию в природоохранной и волонтерской экологической деятельности;
- воспитать уважение к научному труду, отечественным и мировым ученым-биологам.
- сформировать представление о биологической науке и экологической культуре как об общечеловеческих ценностях;
- сформировать устойчивую внутреннюю позицию, направленную на ведение здорового образа жизни и сознательный отказ от вредных привычек;
- воспитать ответственное отношение к безопасности жизнедеятельности (своей и окружающих) при проведении лабораторных и полевых исследований;
- воспитать целеустремленность, упорство, трудолюбие и волевые качества в процессе выполнения индивидуальных и групповых исследовательских задач;
- сформировать культуру командного взаимодействия и чувство ответственности за коллективный результат труда.

Направления работы

№ п/п	Направление воспитательной работы	Задачи
1.	Гражданско - патриотическое	Формировать патриотические ценности к Отчизне, народам Российской Федерации, к своей малой родине; формировать ценности культурно-исторического наследия России, уважительного отношения к национальным героям и культурным представлениям российского народа
2.	Духовно - нравственное	Формировать ценностные представления о морали, об основных понятиях этики (добро и зло, истина и ложь, смысл жизни, справедливость, милосердие, проблема нравственного выбора, достоинство, любовь и др.), о духовных ценностях народов России, об уважительном отношении к

		традициям, культуре и языку своего народа и др. народов России
3.	Экологическое	Формировать экологическую культуру, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды
4.	Художественно - эстетическое	Формировать характер и нравственные качества, а также развитие хорошего вкуса обучающегося.
5.	Оздоровительное, физическое	Сформировать устойчивую внутреннюю позицию, направленную на ведение здорового образа жизни и сознательный отказ от вредных привычек.
6.	Профориентационное	Содействовать постепенному движению личности ребенка к осознанному и самостоятельному выбору дальнейшей профессии
7.	Воспитание познавательных интересов	Формировать потребность в приобретении новых знаний, интереса к творческой деятельности

Планируемые результаты воспитательной работы

В результате реализации программы воспитания у обучающихся будут сформированы
Личностные:

- в области экологического воспитания: сформированность экобиоцентрического мировоззрения; осознание личной ответственности за сохранение биоразнообразия и окружающей среды родного края (Кабардино-Балкарской Республики);
- в области здорового образа жизни: принятие ценностей здоровья как общественной и личной ценности; устойчивая внутренняя позиция, направленная на осознанное ведение ЗОЖ и аргументированный отказ от вредных привычек;
- в области гражданско-патриотического воспитания: чувство гордости за природное, историческое и научное наследие России и своей малой родины; уважение к подвигу советского народа в Великой Отечественной войне;
- в области духовно-нравственного воспитания: сформированность этических понятий (добро, милосердие, справедливость); готовность совершать осознанный нравственный выбор в повседневной жизни.
- волевые качества: проявление трудолюбия, упорства, целеустремленности и дисциплинированности при доведении до конца долгосрочных учебных исследований и мини-проектов.

Предметные:

- экологическое поведение: готовность к активному участию в природоохранных мероприятиях, экологических акциях, субботниках и волонтерском движении;
- культура исследовательской безопасности: строгое соблюдение правил техники безопасности, санитарных норм и гигиены труда при работе со специализированным оборудованием в лаборатории и в полевых условиях;
- ценностное отношение к науке: выраженное уважение к научному труду, отечественным и мировым ученым-биологам; понимание роли биологических знаний как фундамента для устойчивого развития цивилизации.

Метапредметные:

- профориентационная готовность: расширение представлений о современных профессиях на стыке биологии, экологии, медицины и валеологии; способность к осознанному выбору дальнейшей образовательной траектории;
- познавательная активность: развитое критическое мышление; сформированность навыков ведения научных дебатов, дискуссий и круглых столов с соблюдением академической этики;
- культура командного взаимодействия: развитые навыки продуктивного сотрудничества в коллективе; умение распределять роли, оказывать взаимопомощь и нести ответственность за общий результат проектной и исследовательской работы;

Работа с коллективом обучающихся

Работа с коллективом обучающихся детского объединения нацелена на:

- обучение умениям и навыкам групповой деятельности, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе подготовки и участия в мероприятиях разного уровня;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

Работа с родителями обучающихся или их законными представителями

Работа с родителями обучающихся детского объединения включает в себя:

- организацию системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, индивидуальные консультации лично или электронные сообщения через мессенджеры);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность творческого объединения (организация и проведение открытых занятий, конкурсов и мероприятий для родителей в течение года);
- анкетирование, социальный опрос.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки выполнения	Формы реализации воспитательного потенциала	Планируемый результат
Гражданско - патриотическое				
1.	Проект «Заповедные земли Кавказа» (к Всероссийскому дню заповедников и национальных парков — 11 января)	январь	Виртуальная экскурсия, защита мини-проектов	Знание уникальности природы КБР и Кавказа, гордость за регион.
2.	«Никто не забыт, ничто не забыто»	май	Беседа, просмотр	Формирование патриотическог

	подвиг солдат в ВОВ		видеофильма	о сознания
Духовно - нравственное				
3.	Сохрани добро в своем сердце	декабрь	Беседа	Воспитание трудолюбия, целеустремленности и настойчивости в достижении результата
Экологическое воспитание				
4.	Экологический лекторий «Вода — это жизнь» (к Всемирному дню водных ресурсов — 22 марта)	март	Интерактивная лекция с элементами лабораторного анализа воды	Проявление осознанной личной ответственности за состояние окружающей среды и бережного отношения к биоразнообразию родного края Понимание ценности чистой воды, навык бережного потребления.
5.	Эко-марафон «День Земли» (22 апреля)	апрель	Интеллектуальная игра «Что? Где? Когда?», участие в субботнике	Сформированность экобиоцентрического мировоззрения, понимания взаимосвязи человека и природы; Готовность к созидательной деятельности, командная работа.
Художественно - эстетическое				
6.	Муниципальный конкурс «Краски осени»	октябрь	Проекты	Развитие творческих способностей
Оздоровительное, физическое				
7.	Гимнастика для глаз, динамическая пауза.	Сентябрь-май	Упражнения	Развитие жизненных

				навыков для поддержания ЗОЖ
8.	Интерактивная игра «Анатомия здоровья»	апрель	Квест-игра по станциям (в рамках изучения систем органов)	Принятие ценностей здорового и безопасного образа жизни, умение аргументированно противостоять вредным привычкам; Осознание важности ЗОЖ, отказ от вредных привычек.
9.	Мастерская «Эко-Новый год»	декабрь	Творческая лаборатория (создание альтернативных елок, апсайклинг)	Развитие креативности, бережного отношения к лесофонду.
10.	Фестиваль проектов «Зеленая планета»	май	Итоговая конференция, презентация исследовательских работ	Сформированность навыков публичной презентации результатов проектной деятельности; демонстрация творческих успехов и достижений в области защиты окружающей среды; развитие экологической культуры
Профориентационное				
11.	Знакомство с профессиями	декабрь	Презентация	Расширение представлений о современных естественнонаучных профессиях.
Воспитание познавательных интересов				
12.	Дискуссионный клуб «Генетика: благо или угроза?» (ко Дню	февраль	Научные дебаты, круглый стол	Развитие критического мышления,

	российской науки — 8 февраля)			научной этики.
13.	Проектная деятельность	апрель	Защита проектов	Демонстрация творческих успехов и достижений, приобретенных на занятиях в объединении