

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Королёв Московской области
«Средняя общеобразовательная школа № 3»
141076, Россия, Московская область, г.о. Королёв, ул. Мичурина, д. 25.
тел/факс (495) 512-92-73

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 3
_____ Антипова Е.А.
Приказ № 142 от 29.08.2024 г

Программа элективного курса
«ОСНОВЫ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ»

Шан Ольга Александровна,
учитель биологии,
высшая квалификационная категория

2024 г.

Элективный курс «Основы гигиенических знаний»

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа элективного курса «Основы гигиенических знаний» разработана для предоставления обучающимся возможности осознанного выбора будущей профессии, помочь сориентироваться в мире профессий. Курс позволяет оказать на практике конкретную помощь с целью выявления профессиональных интересов и предпрофильной подготовки.

Актуальность данного курса подтверждается тем, что знание основ гигиены важно в любом возрасте как основа соблюдения здорового образа жизни.

Цель курса: расширение и углубление знаний обучающихся о факторах, влияющих на здоровье человека, изучение зависимости здоровья от состояния окружающей среды.

Задачи программы:

- формирование систематических гигиенических знаний;
- помочь школьникам овладеть современными достижениями биологической науки в области гигиены и санитарии;
- научить применять полученные гигиенические знания в жизни и практической деятельности;
- использовать полученные знания для обеспечения безопасности жизнедеятельности и охраны здоровья школьников.

Рабочая программа составлена на основе элективного авторского курса «Основы гигиены» О.Е. Аверченковой и основной образовательной программы школы, направленной на сохранение здоровья обучающихся. Курс дополнен теоретическим знаниям основ экологии человека. Курс рассчитан на 35 часов в год, 1 час занятий в неделю в 10 и 11 классах (всего 70 часов).

Основными подходами к организации занятий является деятельностный подход позволяющий организовать практические и лабораторные работы, семинары для конкретного изучения влияния факторов окружающей среды на здоровье человека. Основные требования к обучающимся по итогам прохождения курса:

Выпускники должны знать:

- историю и развитие гигиенических знаний,
- основы здорового образа жизни,
- значение гигиенических знаний для сохранения здоровья человека,
- основные гигиенические требования к воздуху, воде, почве в населенных пунктах,
- правила здорового питания,
- особенности утилизации отходов в населенных пунктах,
- основы гигиены труда и правила отдыха.

Выпускники должны уметь:

- охарактеризовать основные источники загрязнения воды, воздуха, почвы;
- объяснять причины нарушения здоровья человека при нарушении гигиенических правил;
- проводить лабораторные исследования качества воды, продуктов питания, воздуха;
- составлять итоговые заключения на основе выявленных фактов;

Метапредметные результаты:

- уметь выделять главное и систематизировать представленный научный материал;
- работать с различными источниками информации;
- обобщать и делать выводы на основе полученных знаний;
- решать практические задачи;
- проводить исследования окружающей среды на предмет соответствия установленным нормам.

Личностные результаты:

- расширение кругозора знаний в области гигиены и основ здорового образа жизни;
- предпрофильная ориентация при дальнейшем выборе профессии;
- личное отношение к гигиеническому состоянию окружающей среды и изменение поведение в направлении соблюдения правил гигиены;
- понимание значения науки гигиены, как важнейшего фактора в сохранении здоровья человека.

2. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	В том числе	
			Практические занятия	Формы контроля
10 класс				
1.	Ведение.	1	0	Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
2.	История гигиены.	4	0	Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
3.	Физическая активность и здоровье	2	2	Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
4.	Предупреждение инфекционных заболеваний.	5	1	Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
5.	Травматизм и его профилактика.	6	2	Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
6.	Предупреждение и первая помощь при сердечно-сосудистых заболеваниях.	6	4	Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
7.	Гигиена дыхания	4	2	Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
8.	Гигиена питания	4	1	Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
9.	Повторение изученного	2	0	Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
	ИТОГО	34	12	
11 класс				
1.	Повторение изученного	3		Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
2.	Профилактика кожных заболеваний.	4	2	Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
3.	Закаливание. Гигиена одежды и обуви	4	2	Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
4.	Нервная система и психическое здоровье	6		Отчет. Самостоятельная и домашние работы.

5.	Предупреждение вредных привычек.	4		Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
6.	Гигиена труда	4		Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
7.	Специальность врач-гигиенист. Варианты получения специальности	2		Отчет. Самостоятельная и домашние работы.
8.	Работа над проектом	5		Промежуточные результаты работы.
9.	Защита проекта	2		Защита проектов
	ИТОГО	34	4	

Используемая литература:

- И.П. Чередниченко «Элективные курсы. Биология. 10-11 классы». Волгоград., «Учитель», 2008г.
- Д. В. Колесов, Р. Д. Маш «Основы гигиены и санитарии». Учебное пособие для 9-10 классов. Москва «Просвещение» 1989г.
- Жаки Рипли «Книга женской красоты и здоровья». Книжный клуб. Белгород.2008г.
- Интернет-ресурсы