

# Экология человека. Культура здоровья.

Направление естественнонаучная

Направленность ЗОЖ

Возраст 14-15 лет

Срок реализации 1 года

Уровень Базовый

## Актуальность

- современное общество нуждается в здоровом поколении;
- здоровый образ жизни, это условия для успешной учебы, работы, семейной жизни;
- Применив знания о показателях здоровья, обучающийся формирует образ жизни.

## Новизна

При проведении практических работ будет использован комплект центра «Точки роста», что позволит сделать курс практикоориентированным.

# Цель: Создание устойчивой мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья

## Задачи

Предметна	Метапредметная	Личностная
Расширить знания о показателях здоровья и условиях его сохранения и укрепления	Способствовать развитию навыков исследовательской деятельности	Воспитать ценностное отношение к сохранению собственного здоровья
<b>Результаты</b>	<b>Результаты</b>	<b>Результаты</b>
знает как измерять основные показатели здоровья с помощью цифровой лаборатории: <ul style="list-style-type: none"> <li>• пульс;</li> <li>• температуру тела</li> <li>• АД;</li> <li>• ЧДД</li> <li>• ЧСС</li> <li>• pH</li> </ul>	знает алгоритм проектно-исследовательской работы и умеет проводить исследования с помощью цифровых лаборатории;	стремится к ведению здорового образа жизни: <ul style="list-style-type: none"> <li>• правильное питание</li> <li>• двигательная активность</li> <li>• режим дня</li> <li>• отсутствие вредных привычек</li> </ul>
умеет выявлять взаимосвязи здоровья и образа жизни	может грамотно сформулировать основную идею проекта, цель и задачи;	
умеет оценивать состояние здоровья по изученным показателям	Может представить проект, результаты исследований	
умеет находить связь между биосоциальными факторами среды и здоровьем человека		

# УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, блока, модуля.	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Физиология человека	20	5	15	
2.	Экология и экологические факторы, влияющие на здоровье человека	6	1	5	
3.	Культура здорового образа жизни	10	2	8	
Итого за год		36	8	28	Выступления на НПК

# ДИАГНОСТИЧЕСКАЯ КАРТА

ФИО	знает как измерять основные показатели здоровья с помощью цифровой лаборатории						умеет выявлять взаимосвязи здоровья и образа жизни	умеет оценивать состояние здоровья по изученным показателям	умеет находить связь между биосоциальными факторами среды и здоровьем человека	знает алгоритм проектно-исследовательской работы и умеет проводить исследования с помощью цифровых лабораторий	может грамотно сформулировать основную идею проекта, цель и задачи	может представить проект, результаты исследований	знает основы здорового образа жизни
	ПУЛЬС	t тела	АА	ЧДД	ЧСС	рН							