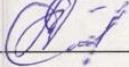


**УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСКА**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Средняя школа №20"  
МБОУ СШ №20 г. Норильск**

РАССМТРЕНО

Председатель ЕМС

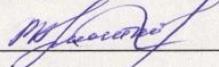


А.В. Емина

Протокол заседания №1  
от «30» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

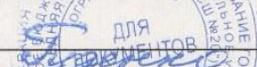
Зам. директора по УВР



Р.В. Плотников

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "СШ №20"



Е.В. Руденко  
Приказ №01-12-411  
от «30» августа 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

элективного курса

**«Человек и его здоровье»**

для обучающихся 10-11 классов

Срок реализации: 2024-2026 учебный год

г. Норильск 2024

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа по элективному курсу «Человек и его здоровье» составлена в соответствии с программой элективного курса «Здоровый образ жизни» 10-11 классы. Автор-составитель В.А. Ермолов - Волгоград: Учитель, 2010.

Программа по биологии «Человек и его здоровье» направлена на формирование здорового образа жизни подростков, адаптации в окружающей среде, расширении и углублении знаний обучающихся о приемах сохранения здоровья, преодолении зависимости вредных привычек. Здоровый человек живет полноценной жизнью. Бывает, что человек теряет здоровье, поскольку имеет недостаточные знания о причинах, распространении и последствиях инфекционных заболеваний; не обладает достаточными знаниями оказания первой медицинской помощи. Курс помогает сформировать необходимость в здоровом образе жизни- правильном питании, режиме дня, сохранении физического и психического здоровья, поскольку все это может стать причиной развития таких заболеваний среди подростков, как ожирение, сахарный диабет, язва и гастрит, сердечно-сосудистые заболевания, анорексия, почечная недостаточность, психические расстройства, обусловленные перестройкой пубертатного периода и началом половой жизни. Состояние здоровья подростков в современных условиях- число здоровых подростков как младшего (10-14 лет), так и старшего возраста (15-17 лет) не превышает 2-9 % !

Программа учитывает возрастные особенности и опирается на наиболее значимые аргументы здорового образа жизни подростков, помогая в социальной адаптации.

Помимо биологических особенностей организма человека, программа включает в себя изучение психических, эмоционально-волевых особенностей человека. Формы, методы обучения способствуют повышению информационной компетенции, развитию познавательных интересов, а, возможно и формированию профессиональной направленности.

Программа позволяет ориентироваться на интересы обучающихся, позволяет решать важные 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 здоровью окружающих, что здоровье напрямую зависят от факторов окружающей среды.

Изучение материала направлено на достижение следующих целей:

- создание условий для формирования и развития у учащихся интеллектуальных и практических умений в области анатомии, физиологии и общей биологии.

Достижение этих целей планируется через решение следующих задач:

1. Овладеть основными терминами и понятиями, используемыми в генетике человека, в общей биологии, анатомии человека научиться грамотно их применять.

2. Показать приоритет экологических ценностей (сохранение многообразия органического мира, состояние своего здоровья, семьи) над материальными.

3. Ознакомить с наследственными заболеваниями человека и их причинами.

4. Учащиеся должны осознать свою индивидуальность, научиться бережно, относиться к своему здоровью и здоровью окружающих.

5. Сформировать интерес к своей родословной, родословным известных людей в истории человечества.

Для изучения элективного курса «Человек и его здоровье» уровне основного среднего образования отводится 68 часов: в 10 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 11 классе – 34 часа (1 час в неделю).

## **Содержание**

### **Глава 1. Введение. (1 ч)**

Введение. Общее знакомство с курсом «Человек и его здоровье». Предмет и задачи курса. Роль физиологии в развитии науки. Связь физиологии с другими науками. Системный подход к здоровью человека.

### **Глава 2. Общий обзор организма. (2 ч)**

Система органов в организме. Уровни организации организма. Нервная и гуморальная регуляция. Проблемы соотношения психического и соматического компонентов здоровья.

### **Глава 3. «Двигатели нашего тела». (2 ч)**

Роль движения в нашей жизни. Арсенал наших двигательных возможностей. Химия и энергетика работающей мышцы. Что такое утомление? Сила мышц и их выносливость.

### **Глава 4. «Исполнители симфонии жизни». (3 ч)**

Кровь как внутренняя среда организма. Гуморальная и нервная регуляция функций организма. Железы внутренней секреции. Гормоны и их свойства. Роль нервной системы в восприятии, переработке и передаче информации. Рефлекс как основа нервной деятельности.

### **Глава 5. Иммуитет. (2 ч)**

Детские инфекционные заболевания и меры борьбы с ними. История становления иммунологии как науки (Л. Пастер, Э. Дженнер, И. И. Мечников, П. Эрлих, Р. Кох). Пути решения проблемы иммунопрофилактики. Распространение инфекционных заболеваний и приоритетные направления по их сокращению.

ВИЧ-инфекция: пути заражения, способы предупреждения, история открытия болезни. Строение и жизненный цикл вируса. Профилактика заболевания. Разработка вакцины.

### **Глава 6. «Поставщики энергии и пищеварительная система на страже здоровья». (3ч)**

Значение питательных веществ, для организма. Особенности обмена веществ в разном возрасте. Рациональное питание. Режим питания. Опасность переедания, болезни сытости. Дистрофия и болезни голода. Лечебное голодание. Диетическое питание для больных. Знакомство с особенностями профессиональной деятельности врача-диетолога.

### **Глава 7. «Свет мой, зеркальце, скажи...». (6 ч)**

Строение и функции кожи. Производные кожи. Методы лечения организма (иглоукальвание, электрофорез, светолечение, криотерапия). Вирусные заболевания кожи (бородавки и герпес). Чесотка и грибковые заболевания кожи (микоз, лишай, парша). Пересадка кожи.

Роль кожи в терморегуляции организма. Обмен веществ и постоянная температура тела. Механизм терморегуляции. Причины повышения температуры

при заболеваниях. Нарушение терморегуляции (ожоги и обморожения). Приемы наложения повязок на условно поврежденное место.

Закаливание организма и факторы среды. Формы и условия закаливания. Гигиенические требования к одежде и обуви. Косметические средства и их рациональное использование. Знакомство с особенностями профессиональной деятельности врача-косметолога. Домашняя косметика.

### **Глава 8. Репродуктивная система человека. (6 ч)**

Проект «Почему дети похожи на родителей». Характерные признаки мужского и женского пола. Особенности строения мужской и женской половой системы. Биологическая сущность оплодотворения. Влияние среды на развитие зародыша. Планирование семьи. Физическая зрелость вступающих в брак. Сущность социальной готовности к вступлению в брак. Этико-психологическая готовность. Гигиена беременной женщины; ранняя беременность и ее последствия.

Возрастные процессы и особенности: новорожденного и грудного ребенка, подросткового, зрелого, пожилого и старческого возраста. «Хорошо ли быть бессмертным?» (проблема клонирования).

### **Глава 9. «Наш долг перед будущим». (7 ч)**

Чудесные спирали ДНК. Мужчина и женщина. Генетические болезни человека. Наследование резус-фактора и групп крови. Генетическое определение пола. Методы изучения генетики человека. Хромосомные аномалии. Иммуногенетика, генетические аспекты онкологии. Решение задач на моногибридное и дигибридное скрещивание. Закономерности наследования, сцепленное с полом наследование.

### **Глава 10. «Наука будущего». (2 ч)**

Биотехнология, ее задачи и методы. Химический синтез генов. Ферментативный синтез генов. Перенос генов и хромосом. Искусственная пересадка ядер в яйцеклетки и соматические клетки. Применение генной инженерии в селекции и медицине. Клонирование.

### **Глава 11. Особенности ВНД человека. (7 ч)**

Рефлекторный характер ВНД. Классификация темперамента по Гиппократу. Классификация типов нервной системы по Павлову. Соотношение характера и темперамента. Воля — способность человека к преодолению трудностей.

«Золотые сны», от которых не просыпаются. Наркомания — это болезнь. Действие наркотиков на организм. Механизмы формирования наркотической зависимости. Наркомания и закон. Ролевая игра-диалог журналистов и врача-нарколога.

Познавательные процессы. Речь — средство общения. Память, ее виды и значение для формирования мыслительной деятельности и поведения. Воображение, восприятие и мышление. И.М. Сеченов.

### **Глава 12. «Старые и новые загадки мозга». (8 ч)**

Двойное чудо сна. Отчего мы погружаемся в сон? Физиология сна. Нормы сна — наполеоновские и медицинские. Что такое летаргический сон? Небывалая комбинация бывалых впечатлений. Полезны или вредны сновидения? Могут ли

сны быть вещими? Что такое гипноз? Объяснение гипноза «вчера» и «сегодня». Можно ли вылечить гипнозом? Иллюзии. Причины появления иллюзий. Объяснение причин появления иллюзий.

Демонстрация кинофрагмента «Гипноз»

### **Глава 13. «Поиски путей к долголетию».(2 ч)**

Почему природа не дала бессмертие? Продолжительность жизни разных живых организмов. Некоторые попытки борьбы со старением. Почему мы старимся преждевременно? Почему долголетие социальная проблема? Восемь заповедей правильного образа жизни.

### **Глава 14. Личность. Межличностные отношения. (9 ч)**

Основы самоорганизации личности. Самооценка и уровень притязаний. Независимость, внушаемость. Дружба-школа любви. Высшие нравственные ценности — товарищество и дружба. Любовь и влечение. Стороны чувства любви. Социальный характер любви. Стадии любви. Юношеская любовь. Идеал. Синдром одиночества. Добрачные половые связи.

### **Глава 15. Брак и семья. Основы семейных отношений. (8 ч)**

Готовность к браку. Функции семьи. Мотивы создания семьи. Специфические и неспецифические функции семьи. Структура семьи, классификации, основные черты семьи. Нарушение структуры семьи, дисфункциональная структура. Стадии развития семьи, переходные периоды. Модель развития семьи вокруг ребенка. Понятие семейной роли. Конвенционные и межличностные роли. Типы распределения семейных ролей. Правила, заданные социумом и культурой. Уникальные семейные правила. Семейные мифы. Стили семейных отношений. Рассмотрение основных положений Семейного кодекса. Развод и его последствия. Профилактика супружеских конфликтов.

### **Планируемые результаты**

Согласно ФГОС СОО, устанавливаются требования к результатам освоения обучающимися программ среднего общего образования: личностным, метапредметным и предметным.

#### **Личностные:**

- ответственное отношение к учению;
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- умение ясно, точно, грамотно излагать свои мысли в устной и письменной речи, понимать смысл поставленной задачи, выстраивать аргументацию, приводить примеры и контрпримеры;
- начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире;
- экологическая культура: ценностное отношение к природному миру, готовность следовать нормам природоохранного, здоровьесберегающего поведения;
- формирование способности к эмоциональному восприятию математических объектов, задач, решений, рассуждений;
- умение контролировать процесс и результат учебной математической деятельности;

## **Метапредметные**

### **1. Регулятивные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;
- выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;
- организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;
- сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

### **2. Познавательные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;
- критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;
- использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;
- находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;
- выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;
- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

### **3. Коммуникативные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

- развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;
- распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

### **Предметные результаты:**

В результате изучения элективного курса учащиеся должны приобрести новые знания и умения.

Учащиеся должны знать:

1. особенности человека как объекта генетических, биологических и психологических исследований и об основных методах изучения генетики человека;
2. механизмы наследования признаков у человека, наследственных заболеваний и психических особенностей развития;
3. причины биологической индивидуальности на разных уровнях;
4. значение генотипа и условий среды в формировании фенотипа;
5. значение мутаций в генетике, здравоохранении и экологической безопасности населения;

Учащиеся *должны* уметь:

1. применять законы Менделя и Моргана к генетике человека и решать генетические задачи;
2. объяснять механизм наследования генетических заболеваний человека;
3. составлять генеалогические древа и анализировать по ним характер наследование того или иного признака в ряду поколений;
4. применять в жизни аспекты этики и психологии семейной жизни;
5. распознавать психические особенности личности человека;
6. самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию, применять знания в практической жизни.

**Поурочное планирование  
10 класс**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Введение. Общее знакомство с курсом «Человек и его здоровье». Предмет и задачи курса. Роль физиологии в развитии науки. Связь физиологии с другими науками. Системный подход к здоровью человека	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
2	Система органов в организме. Уровни организации организма.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
3	Нервная и гуморальная регуляция. Проблемы соотношения психического и соматического компонентов здоровья.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
4	Роль движения в нашей жизни. Арсенал наших двигательных возможностей. Химия и энергетика работающей мышцы.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
5	Что такое утомление? Сила мышц и их выносливость. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>

6	Кровь как внутренняя среда организма. Гуморальная и нервная регуляция функций организма. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
7	Железы внутренней секреции. Гормоны и их свойства.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
8	Роль нервной системы в восприятии, переработке и передаче информации. Рефлекс как основа нервной деятельности. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
9	Детские инфекционные заболевания и меры борьбы с ними. История становления иммунологии как науки (Л. Пастер, Э. Дженнер, И. И. Мечников, П. Эрлих, Р. Кох). Пути решения проблемы иммунопрофилактики. Распространение инфекционных заболеваний и приоритетные направления по их сокращению.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
10	ВИЧ-инфекция: пути заражения, способы предупреждения, история открытия болезни. Строение и жизненный цикл вируса. Профилактика заболевания. Разработка вакцины.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>

11	Значение питательных веществ, для организма. Особенности обмена веществ в разном возрасте. Рациональное питание. Режим питания. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
12	Опасность переедания, болезни сытости. Дистрофия и болезни голода. Лечебное голодание.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
13	Знакомство с особенностями профессиональной деятельности врача-диетолога. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
14	Строение и функции кожи. Производные кожи. Методы лечения организма (иглоукалывание, электрофорез, светолечение, криотерапия). Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
15	Вирусные заболевания кожи (бородавки и герпес). Чесотка и грибковые заболевания кожи (микоз, лишай, парша). Пересадка кожи.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
16	Роль кожи в терморегуляции организма. Обмен веществ и постоянная температура тела. Механизм терморегуляции. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>

17	Причины повышения температуры при заболеваниях. Нарушение терморегуляции (ожоги и обморожения). Приемы наложения Опоязок на условно поврежденное место. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
18	Строение и функции кожи. Производные кожи. Методы лечения организма (иглоукальвание, электрофорез, светолечение, криотерапия).	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
19	Закаливание организма и факторы среды. Формы и условия закаливания. Гигиенические требования к одежде и обуви. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
20	Косметические средства и их рациональное использование. Знакомство с особенностями профессиональной деятельности врача-косметолога. Домашняя косметика. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
21	Характерные признаки мужского и женского пола. Особенности строения мужской и женской половой системы.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
22	Биологическая сущность оплодотворения. Влияние среды на	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>

	развитие зародыша.					
23	Планирование семьи. Физическая зрелость вступающих в брак. Сущность социальной готовности к вступлению в брак. Этико-психологическая готовность.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
24	Гигиена беременной женщины; ранняя беременность и ее последствия.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
25	Возрастные процессы и особенности: новорожденного и грудного ребенка, подросткового, зрелого, пожилого и старческого возраста.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
26	«Хорошо ли быть бессмертным?» (проблема клонирования).	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
27	Чудесные спирали ДНК. Мужчина и женщина.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
28	Генетические болезни человека. Наследование резус-фактора и групп крови. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
29	Генетическое определение пола. Методы изучения генетики человека. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
30	Хромосомные аномалии. Иммуногенетика, генетические	1				Библиотека ЦОК

	аспекты онкологии.					<a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
31	Решение задач на моногибридное и дигибридное скрещивание. Закономерности наследования, сцепленное с полом наследование. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
32	Промежуточная аттестация	1	1			
33	Биотехнология, ее задачи и методы. Химический синтез генов. Ферментативный синтез генов. Перенос генов и хромосом.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
34	Искусственная пересадка ядер в яйцеклетки и соматические клетки. Применение генной инженерии в селекции и медицине. Клонирование.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	6,5		

**11 класс**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Рефлекторный характер ВНД. Классификация темперамента по Гиппократу. Классификация типов нервной системы по Павлову.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
2	Соотношение характера и темперамента. Воля — способность человека к преодолению трудностей.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
3	«Золотые сны», от которых не просыпаются. Наркомания — это болезнь. Действие наркотиков на организм.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
4	Механизмы формирования наркотической зависимости. Наркомания и закон.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
5	Познавательные процессы. Речь — средство общения.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
6	Познавательные процессы. Речь	1				Библиотека ЦОК

	— средство общения.					<a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
7	Память, ее виды и значение для формирования мыслительной деятельности и поведения. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
8	Воображение, восприятие и мышление. И.М. Сеченов. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
9	Двойное чудо сна. Отчего мы погружаемся в сон? Физиология сна	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
10	Двойное чудо сна. Отчего мы погружаемся в сон? Физиология сна	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
11	Нормы сна – наполеоновские и медицинские. Что такое летаргический сон?	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
12	Небывалая комбинация бывалых впечатлений. Полезны или вредны сновидения? Могут ли сны быть вещими?	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
13	Небывалая комбинация бывалых впечатлений. Полезны или вредны сновидения? Могут ли	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>

	сны быть вещими?					
14	Что такое гипноз? Объяснение гипноза «вчера» и «сегодня». Можно ли вылечить гипнозом?	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
15	Иллюзии. Причины появления иллюзий. Объяснение причин появления иллюзий. Практическая работа.	1		0,5		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
16	Почему природа не дала бессмертие? Продолжительность жизни разных живых организмов.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
17	Некоторые попытки борьбы со старением. Почему мы старимся преждевременно? Почему долголетие социальная проблема? Восемь заповедей правильного образа жизни.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
18	Основы самоорганизации личности.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
19	Самооценка и уровень притязаний. Независимость, внушаемость.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
20	Дружба-школа любви. Высшие нравственные ценности — товарищество и дружба.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>

21	Любовь и влечение. Стороны чувства любви.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
22	Социальный характер любви. Стадии любви.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
23	Юношеская любовь. Идеал.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
24	Юношеская любовь. Идеал.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
25	Синдром одиночества. Добрачные половые связи.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
26	Готовность к браку. Функции семьи.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
27	Мотивы создания семьи. Специфические и неспецифические функции семьи.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
28	Нарушение структуры семьи, дисфункциональная структура. Стадии развития семьи, переходные периоды.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
29	Модель развития семьи вокруг ребенка.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>

30	Понятие семейной роли. Конвенционные и межличностные роли. Типы распределения семейных ролей. Правила, заданные социумом и культурой. Уникальные семейные правила	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
31	Промежуточная аттестация	1	1			
32	Семейные мифы. Стили семейных отношений.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
33	Рассмотрение основных положений Семейного кодекса.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
34	Развод и его последствия. Профилактика супружеских конфликтов.	1				Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/">https://m.edsoo.ru/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	1.5		

## **Учебно – методическое обеспечение образовательного процесса**

### **Обязательные учебные материалы для ученика**

1. Биология: 9-й класс: базовый уровень: учебник, 9 класс/ Пасечник В.В., Каменский А.А., Швецов Г.Г. и другие; под ред. Пасечника В.В., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

### **Методические материалы для учителя**

1. Голубев в. в. Практикум по основам педиатрии и гигиены детей дошкольного. возраста. М. 2000г.
2. Хайрдинова Ю., Ядэшко В., Голубев В. Болезнь легче предупредить. – М.. 1997г.
3. Белоусова О. С. Вредным привычкам – нет! Изд. 2004г.
4. Веселова О. В. Наркотики: жизнь или смерть. Изд. 2005г.
5. Зверев М. Д. Воспитание учащихся в процессе обучения биологии. Просвещение 1984г.
6. Гребенников И.В. Основы семейной жизни: учебное пособие для студентов пед.институтов. - М.: Просвещение,1991
7. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие для педагога: В 2ч — М.: Гуманит. изд-во Центр ВЛАДОС, 2003.
8. Семейный Кодекс Российской Федерации — М.: «Издательство ЭЛИТ», 2005
9. Батуев А.С. Биология. Человек- М.: Просвещение, 1998.
11. Бинас А.В. Маш Р.Д. Биология. Эксперимент в школе.-М.:Просвещение,1990
12. Богданович Л.А. Белый ужас.-СПб.:Симпозиум1994.-230с.
13. Зверев М.Д. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека - М.Просвещение, 1983.
14. Лоранский Д.Н., Лукьянов В.С.-М.: Профиздат, 1990.-176с.

### **Цифровые образовательные ресурсы**

1. Единое содержание общего образования <https://edsoo.ru/>
2. Российская электронная школа <https://resh.edu.ru/>
3. Проект Вся биология <http://www.ebio.ru/index-1.html>
4. Биология. Электронный учебник <http://biologylib.ru/catalog/>

5. Биология. Ссылки на сайты по биологии <http://biologylib.ru/catalog/>
6. Виртуальная образовательная лаборатория <http://www.virtulab.net>
7. Интернет урок <https://interneturok.ru/>
8. Я иду на урок биологии <http://bio.1september.ru/urok/>
9. Современные уроки биологии <http://biology-online.ru/>
10. Информационно-справочный ресурс по биологии <http://www.cellbiol.ru/>
11. Биологический словарь он-лайн <http://www.bioword.narod.ru/>
12. BioDat - сайт о живой природе и биоразнообразии <https://free-eco.ru/services/eco-catalog/www-biodat-ru?ysclid=m6jd5xn9b8435715444>