|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено:  на заседании педагогического  совета МОУ ООШ с.Благодатное  Протокол №\_\_\_\_\_\_ от  «\_\_» августа 2019 г. | Утверждаю:  Директор МОУ ООШ с.Благодатное  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_К.С.Дубовенко/  Приказ №\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_» августа 2019г. |

Муниципальное общеобразовательное учреждение

основная общеобразовательная школа с. Благодатное

Хвалынского района Саратовской области

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по элективному курсу «Если молодость знала…»

для 9 класса

на 2019-2020 учебный год

Учитель: Васильева Ольга Николаевна

2019-2020

**«ЕСЛИ БЫ МОЛОДОСТЬ ЗНАЛА…»**

*Дмитриева Н.В., методист кафедры естественнонаучного образования ГОУ ДПО «СарИПКиПРО»*

**Пояснительная записка**

Данная программа, объёмом 10 часов, по теме «Если бы молодость знала…» адресована учащимся 9 класса.

Программа актуальна в условиях подготовки учащихся к осознанному выбору естественнонаучного профиля обучения.

***Цель программы:*** создание ориентационной основы для осознанного выбора названного профиля обучения.

Программа предусматривает знакомство учащихся с основами геронтологии, науки, занимающейся изучением старения живых организмов, в том числе и человека. Тема актуальна, так как затрагивает многие аспекты проблемы старения населения мира и страны, в частности (медицинские, социальные, гуманистические и др.) В программе рассматриваются причины раннего старения, что имеет важное воспитательное значение и нацеливает учащихся на сохранение своего здоровья с юных лет.

В процессе реализации программы предусматривается использование разнообразных форм и методов организации деятельности учащихся: теоретические и практические занятия, экскурсии в музей, анализ информации, подготовленной в процессе поисковой деятельности, наблюдение, исследование, приёмы проектной деятельности.

Особенностью курса является его междисциплинарный характер, что побуждает учащихся к интеграции знаний и подчёркивает универсальный характер естественнонаучной деятельности.

Логика реализации программы основывается на принципах актуализации и интеграции имеющихся знаний, выявления проблем и их решения.

В процессе реализации программы формируются умения анализировать информацию, результаты наблюдений, опыта, интерпретировать информацию, обобщать, делать выводы, разрабатывать проект, используя богатство знаний и умений.

Реализацию программы элективного курса можно считать успешной в случае выраженного интереса учащихся к его содержанию, к самостоятельному поиску информации, проведению наблюдений, выбору и завершению проектов.

В процессе освоения программы создаются благоприятные условия для актуализации знаний и умений, которые необходимы в освоении ряда профессий и специальностей: врач, эколог, социальный работник, картограф, педагог, литературовед, экскурсовод.

Об успешности реализации данной программы можно судить по выраженному интересу учащихся к самостоятельной работе, по результатам их деятельности.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование темы** | **Количество**  **часов** | | | **Форма**  **проведения**  **занятия** | **Образовательный продукт** | **дата** | |
| **Всего** | **Теория** | **Практика** | **план** | **факт** |
| 1. Введение.  Геронтология – наука о старении. Краткий исторический очерк. Исследования и открытия Мечникова И.И. Общее понятие о старости и старении. Периодизация периода старения. Демонстрация таблицы «Средние сроки жизни человека в разные эпохи», схемы «Возрастная периодизация человека», портретов учёных, занимавшихся проблемой старения. | 1 | 1 |  | Беседа. | Развёрнутый опорный конспект. | 27.11.19 |  |
| 2. Внешние проявления старения.  Общая характеристика процесса старения. Внешние признаки старения. Старение органов движения. Практическая работа «Выявление возрастных признаков по внешнему виду у человека», демонстрация изображений людей в разные возрастные периоды. | 1 | 0, 5 | 0, 5 | Беседа.  Практическая работа № 1 | Наблюдения.  Результаты практической работы  Составление сравнительных таблиц | 4.12.  19 |  |
| 3. Старение основных функциональных систем организма.  Старение и нервная система. Старение и эндокринная система. Старение и иммунная система.  Старение пищеварительной, дыхательной и выделительной систем.  Демонстрация изображений людей в разные возрастные периоды, графиков, схем | 1 |  | 1 | семинарское занятие | Сообщения учащихся на тему «Старение и нервная система», «Старение и эндокринная система», «Старение и иммунная система», «Старение пищеварительной», «Старение дыхательной и выделительной систем», «Органы чувств в старости», «Старение как психологическая проблема» | 11.12.19 |  |
| 4. Темпы старения и биологический возраст.  Возрастная норма и «норма старения». Биологический возраст в периоде старения и методы его оценки. Преждевременное старение.  Практическая работа № 2 «Оценка биологического возраста по готовым антропометрическим данным» | 2 | 1 | 1 | Эвристическая беседа.  Презентация | Опорный конспект. Презентация темы. Сообщения учащихся о прогерии и других заболеваниях, при которых проявляются признаки преждевременного старения. Результаты практической работы | 18.12.  25.12 |  |
| 5. Продолжительность жизни человека.  Продолжительность жизни человека – комплексная биомедицинская проблема. Психологический тест «Продолжительность жизни» | 1 | 0,5 | 0,5 | Эвристическая беседа.  Психологический тест | Таблица «Факторы, влияющие на продолжительность жизни». Результаты психологического теста | 15.01 |  |
| 6. Проблема увеличения продолжительности жизни и продления активной старости человека.  Демографическое старение – тенденция XXI века. Социально-экономические и медико-психологические аспекты демографического старения. Проведение социологического опроса «Как вы относитесь к старым людям» | 1 | 0,5 | 0,5 | Беседа  Проведение социологического опроса | Развёрнутый опорный конспект. Результаты социологического опроса | 22.01 |  |
| 7. Проектная деятельность по теме «Геронтология». | 2 | 1 | 1 | Выбор темы проекта, обсуждение плана разработки проекта и последующая его реализация | Умение работать в группах. Собранный материал для проектов | 29.01  5.02. |  |
| 8. Конференция «Пути увеличения продолжительности жизни и продления активного долголетия» | 1 | 1 |  | Урок – творческий отчёт Представление и защита проектов | Презентация проектов | 12.02 |  |

**Содержание программы**

1. Введение.

Геронтология – наука о старении. Краткий исторический очерк. Исследования и открытия Мечникова И.И. Общее понятие о старости и старении. Периодизация периода старения (1 ч).

2. Внешние проявления старения.

Общая характеристика процесса старения. Внешние признаки старения. Старение органов движения. (1 ч)

3. Старение основных функциональных систем организма.

Старение и нервная система. Старение и эндокринная система. Старение и иммунная система. Старение пищеварительной, дыхательной и выделительной систем (1 ч).

4.Темпы старения и биологический возраст.

Возрастная норма и «норма старения». Биологический возраст в периоде старения и методы его оценки. Преждевременное старение (2 ч).

5. Продолжительность жизни человека.

Продолжительность жизни человека – комплексная биомедицинская проблема (1 ч).

6. Проблема увеличения продолжительности жизни и продления активной старости человека.

Демографическое старение – тенденция XXI века. Социально-экономические и медико-психологические аспекты демографического старения (1 ч).

7. Проектная деятельность по теме «Геронтология». Выбор темы проекта, обсуждение плана разработки проекта, разработка проекта, подготовка к представлению и защите (2 ч).

8. Конференция «Пути увеличения продолжительности жизни и продления активного долголетия» (1 ч).

**Примерные темы проектов**

1. Отношение человека к старости и отражение в человеческой культуре.
2. Инфекционные болезни и проблема долголетия.
3. География и рекорды долгожительства.
4. Гипотезы старения.
5. Старики и общество.
6. Пора болезней и возраст совершенства.
7. В поисках средств побеждающих время.
8. Подготовка праздника в начальной школе «День пожилого человека».

**Проект «Отношение человека к старости и его отражение в человеческой культуре».**

*Цель:* выяснить отношение человека к старости в разные времена на основании знакомства с памятниками культуры.

*Этапы разработки проекта.*

1. Согласование схемы разработки проекта. Выбор источника информации: сказки, пословицы, поговорки, легенды, песни, историческая литература, экспозиции художественных музеев, картинных галерей. Поиск информации, её анализ. Самостоятельная работа с различными источникам информации (2 ч).
2. Формирование культуры отношений к старым людям в процессе развития науки и культуры. Бережное и равнодушное отношение человека к старикам в современных условиях. Собеседование, обмен информации, демонстрация мнений, аргументации выводов за круглым столом (1 ч).
3. Оформление и представление результатов исследования в форме фотовыставок памятников культуры, посвященных старикам и старости с письменными и устными комментариями, создание компьютерной презентации к сообщению по названной теме, проекта учебной таблицы, диафильма, другого учебного пособия (1 ч).

Участие в итоговой конференции по защите проектов (1 ч).

**Проект «Инфекционные болезни и проблема долголетия».**

*Цель:* Ознакомиться с влиянием инфекционных заболеваний на продолжительность жизни.

*Этапы разработки проекта.*

1. Согласование схемы разработки проекта. Выбор источников информации, знакомство, отбор информации, её анализ. Самостоятельная работа с различными источникам информации (2 ч).
2. Группировка причин, влияющих на продолжительность жизни по разным основаниям: инфекционные заболевания – основная угроза для жизни в развивающихся странах. Пандемия СПИДа. Вирусные гепатиты. Факторы, препятствующие искоренению инфекционных болезней. Приоритетные направления по сокращению инфекционных заболеваний (полное искоренение таких инфекций, как полиемелит, дракункулёз, проказа; «энергетическая» атака на туберкулёз и малярии; осуществление контроля за вспышками инфекций, которые ранее не были известны (например, СПИД)). Выводы. Обмен информацией, представление информации в виде схем, таблиц, рисунков, фотографий, презентаций, компьютерной презентации по названной теме (2 ч).
3. Предъявление результатов исследования. Участие в итоговой конференции с демонстрацией фото – отчётов, презентации (1 ч).

**Проект «География и рекорды долгожительства».**

*Цель:* Определение центров долгожительства и ознакомление с результатами медико-антропологических исследований долгожителей.

*Этапы разработки проекта.*

1.Согласование схемы разработки проекта и деятельности участников проекта. Поиск, изучение информации по названной проблеме, её анализ. Самостоятельная работа с различными источникам информации: СМИ, специальная литература, Интернет и др. (2ч).

2. Долголетие – социально – биологическое явление. Высший уровень долголетия – долгожительство. Примеры долгожительства. Основные центры долгожительства в мире и на территории бывшего СССР. Знакомство с картой «Уровень долголетия населения в крупных экономических районах СССР в 1970 году». Долгожительство и этнос. Результаты медико-антропологических исследований долгожителей. Основные причины и факторы долголетия (генетические, экологические, личностно-социально-психологические, трудовые, традиции питания и др.) Выводы. Обмен информацией, представление информации в виде картосхем, таблиц, рисунков, фотографий, презентаций, компьютерной презентации по названной теме (2 ч).

3. Предъявление результатов исследований с устными или письменными комментариями на итоговой конференции (1 ч).

**Проект «Гипотезы старения».**

*Цель:* Ознакомиться с различными гипотезами старения.

*Этапы разработки проекта.*

1. Согласование схемы разработки проекта. Выбор источников информации, знакомство, отбор информации, её анализ. Самостоятельная работа с различными источникам информации (2 ч).
2. Знакомство с разными гипотезами старения (гипотеза износа, молекулярно – генетическая гипотеза, гено-регуляторная, гипотеза ошибок и др.). Выводы. Обмен информацией, представление информации в виде схем, таблиц, рисунков, фотографий, презентаций, компьютерной презентации по названной теме (2 ч).
3. Предъявление результатов исследования. Участие в итоговой конференции с демонстрацией презентации (1 ч).

**Проект «Старики и общество».**

*Цель:* Выяснить причины демографического старения. Ознакомиться с социально – экономическими и медико-психологическими аспектами старения.

*Этапы разработки проекта.*

1.Согласование схемы разработки проекта и деятельности участников проекта. Поиск, изучение информации по названной проблеме, её анализ. Самостоятельная работа с различными источникам информации: СМИ, специальная литература, Интернет и др. (2 ч).

2.Демографическое старение. История и причины. «Демографически старые, зрелые, молодые» страны. Знакомство с картами, схемами, таблицами.

Положение пожилого человека в обществе. Проведение социологического опроса, интервьюирование разных категорий граждан и др. Здоровье и адаптация в старости. Старость – важнейшая психологическая проблема. Выводы. Обмен информацией, представление информации в виде картосхем, таблиц, рисунков, фотографий, презентаций, компьютерной презентации по названной теме (2 ч).

3. Предъявление результатов исследований с устными или письменными комментариями на итоговой конференции (1 ч).

**Проект «Пора болезней и возраст совершенства».**

*Цель:* Выяснить возможность сохранения активной жизни в старости.

*Этапы разработки проекта.*

1. Согласование схемы разработки проекта, источников информации, знакомство, отбор информации, её анализ. Самостоятельная работа с различными источникам информации (2 ч).
2. Философские высказывания великих людей о радостях старости. Примеры активного долголетия в истории человечества. Написание эссе. Совместное обсуждение, обмен информацией. Выводы (2 ч).

3. Предъявление результатов исследований на итоговой конференции, сопровождаемое демонстрацией схем, таблиц, рисунков, фотографий, компьютерной презентации по названной теме (1 ч).

**Проект «В поисках средств побеждающих время».**

*Цель:* разработка рекомендаций, способствующих сохранению здоровья и активного долголетия.

*Этапы разработки проекта.*

1. Согласование схемы разработки проекта. Выбор источников информации, знакомство, отбор информации. Экскурсия на кафедру геронтологии СГМУ, анатомический музей. Встреча со специалистами данной области (2 ч).

2. Широкий спектр мер профилактики преждевременного старения. Факторы, ускоряющие процесс старения (нерациональный образ жизни, вредные привычки, стрессы). Трудовой фактор, двигательная активность, питание и другие важнейшие факторы. Разработка рекомендаций. Видеофильм, беседа со специалистом (2 ч).

3. Оформление результатов исследования в виде письменного отчёта, электронной версии презентации, таблиц, фотографий. Предъявление результатов исследования с комментариями на итоговой конференции (1 ч).

**Проект «Подготовка праздника для учащихся начальной школы, посвящённого дню пожилого человека».**

*Цель:* Предъявление информации об особенностях старых людей в интересной, доступной для младших школьников форме. Воспитание уважительного отношения к пожилым людям.

*Этапы разработки проекта.*

1. Согласование схемы разработки проекта – сценария праздника. Наблюдение за учащимися младшего школьного возраста, выявления особенностей восприятия информации, беседа с учителями начальных классов. Отбор информации, выбор форм деятельности учащихся: организаторов и адресатов праздника (2 ч).

2. Подготовка праздника: название, оформление, музыкальное сопровождение, проектирование игр, конкурсов, викторин. Проведение праздника. Создание фотографий, видеофильма, наблюдение за учащимися (2 ч).

3. Анализ проведения праздника, предъявление результатов проекта (1 ч).

**Литература**

1. Брехман И.И. Введение в валеологию - науку о здоровье. - Л.: Наука, 1987

2. Величковский Б.Т, Кирпичёв В.И., Суравегина И.Т. Здоровье человека и окружающая среда, М.:»Новая школа», 1997

3. Гигиена окружающей среды /Под ред.Г.И. Сидоренко. - М.: Медицина, 1985

4. Загрядский В.П., Суммо-Сасуйло З.К. Физические нагрузки современного человека.

5. Зарубин Г.П., Новиков Ю.В. Гигиена города. - М.: Медицина, 1986

6. Казначеев В.П. Очерки теории и практики экологии человека. - М.: Наука, 1983

7. Курцмен Дж., Гордон Ф. Да сгинет смерть! Победа над старением и продление человеческой жизни. - М.: Мир, 1982

8. Лисицын Ю.П. Слово о здоровье. - М.: Советская Россия, 1986

9. Лисицын Ю.П., Сахио А.В. Здоровье человека - социальная ценность. - М.: Мысль, 1989

10. Маш Р.Д., Воронин Л.Г. Методика проведения опытов и наблюдений по анатомии, физиологии и гигиене человека. - М.: Просвещение, 1983

11. НТР, здоровье, здравоохранение /Под ред. А.Ф.Серенко, О.А. Александровой. - М.: Медицина, 1984

12. Обухова Л.Е. Человек и научно-технический прогресс: Антропоэкологический аспект. - М.: Наука, 1977

13. Скурихин И.М., Шатерников В.А. Как правильно питаться. - 2-ое издание. - М.: Агропромиздат, 1987

14. Тигранян Р.А. Стресс и его значение для организма. - М.: Наука, 1988

15. Фёдорова М.З., Кучменко В.С., Лукина Т.П. Экология человека: Пособие для учащихся 8 класса общеобразовательной школы. М.: Вентана-Граф, 2003

16. Цафрис Г.П. Действие природных факторов на человека. - М.: Наука, 1982

18. Хрисанфова Е.Н. Основы геронтологии М.: Владос, 1999

19. Энциклопедия для детей, АВАНТА +, Человек, 2003

20. Янес Х.Я. Приемные часы для здоровых. - М.: Медицина, 1987