



муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 86 имени Героя Социалистического Труда  
В.Я. Литвинова» городского округа Самара

«Рассмотрено»  
на заседании МО учителей физики,  
химии, биологии, географии  
Председатель МО

  
/Киселева Н.А.  
Протокол № 1  
«29» августа 2022 г.

«Согласовано»  
Заместитель директора по УВР  
/Шевченко Л.В.

«30» августа 2022 г.

«Утверждаю»  
Директор МБОУ «Школы № 86  
г.о. Самара

 О.В.Жевжик

Приказ № 324  
«31» августа 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
(ПРЕДПРОФИЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ)  
ОБУЧАЮЩИХСЯ  
«Твои возможности, человек»**

Направление: общеинтеллектуальное

Форма организации: факультатив

Класс: 9

Срок реализации: 1 год

Составитель программы:  
Э.А. Рассказова, учитель биологии

Самара, 2022 г.

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности обучающихся «Твои возможности, человек» составлена в соответствии с правовыми нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» от 19.12.2016 №09-3564;
- Письмо Министерства образования и науки Самарской области «О внеурочной деятельности» от 17.02.2016 №МО-16-09-01/173-ту;
- Приложение к письму «Об организации занятий внеурочной деятельности в образовательных организациях Самарской области, осуществляющих деятельность по основным общеобразовательным программам».
- Учебным планом Школы г.о. Самара;
- Программой курса «Твои возможности, человек», разработанной на основе программы автора С. А. Буртовая. Биология 9 класс: предпрофильная подготовка.
- Федеральным перечнем учебников, утвержденных, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования.

**Актуальность** данной программы состоит в том, что она направлена на организацию содержательного досуга обучающихся, удовлетворение их потребностей в активных формах познавательной деятельности.

Не все знают в полной мере свои возможности. Разве каждый знает, как строится чувственный и умственный образ окружающего нас мира, как возникают и сменяют друг друга различные мотивы поведения, как происходит психологическое развитие. Кто из нас измерял скорость своего зрительного восприятия, объем внимания, силу ассоциаций, степень своей эмоциональной устойчивости. А без этого нет фотографии психологического поведения человека, объективной оценки, возможностей того или иного индивидуума.

Жизнь заставляет нас на каждом шагу отстаивать правильность своих мировоззрений, поступать решительно, проявлять в зависимости от обстоятельств выдержку и твердость, осторожность и смелость.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, в основу которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы. Программа внеурочной деятельности по общеинтеллектуальному направлению «Твои возможности, человек» носит образовательно-воспитательный характер.

Программа адресована обучающимся 9-х классов.

Общее количество часов: 34 ч. (1 час в неделю).

### **Цель программы:**

В процессе изучения основ физиологии высшей нервной деятельности и психологии расширить знания учащихся о физиологических основах психических функций и типологических особенностях личности и на этой основе раскрыть свои потенциальные возможности.

### **Задачи программы:**

- раскрытие и углубление ведущих физиологических и психологических понятий;
- освоение учащимися способов и методов лабораторных исследований, направленных на изучение индивидуальных особенностей психики;
- овладение системой упражнений, способствующих улучшению памяти человека, воспитание наблюдательности, внимания;
- создание условий для творческой самореализации и саморазвития школьников.

**Формы и методы работы:** лекция, беседа, дискуссия, диспут, практическая работа.

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы**

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

Основная образовательная программа предусматривает достижение следующих результатов образования:

#### **Личностные результаты:**

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- сформированность мотивации к учению и познанию;
- ценностно-смысловые установки выпускников, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества.

#### **Метапредметные результаты.**

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по общеинтеллектуальному направлению «Твои

возможности, человек» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

#### **Регулятивные УУД:**

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя, а далее самостоятельно;
- проговаривать последовательность действий;
- уметь высказывать своё предположение (версию) на основе данного задания, уметь работать по предложенному учителем плану, а в дальнейшем уметь самостоятельно планировать свою деятельность;
- средством формирования этих действий служит технология диалога на этапе изучения нового материала;
- учиться совместно с учителем и другими воспитанниками давать эмоциональную оценку деятельности на занятии.

Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

#### **Познавательные УУД:**

- добывать новые знания, находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии;
- перерабатывать полученную информацию, делать выводы в результате совместной работы в группе.

Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания.

#### **Коммуникативные УУД:**

- умение донести свою позицию до других, оформлять свою мысль, слушать и понимать речь других;
- совместно договариваться о правилах общения и поведения при выполнении практической работы и следовать им;

- рост личностного, интеллектуального и социального развития ребёнка, развитие коммуникативных способностей, инициативности, толерантности, самостоятельности;

- приобретение теоретических знаний и практических навыков.

### **Предметные результаты:**

В ходе занятий внеурочной деятельности обучающиеся должны демонстрировать знания, умения и навыки:

- умение объяснять значение и место взаимоотношений человека и природы в материальной и духовной культуре человека;

- навыки сравнения проблем здоровья у людей разных профессий и социальных групп в зависимости от общекультурных позиций, ценностных установок и ориентации;

- умение организовывать диалог и находить компромиссы по вопросам оптимизации собственных отношений со средой;

- понимание важности сохранения здоровья как одной из главных ценностей жизни;

- повышение уровня общих и специальных знаний и умений по биологии.

### **Планируемые предметные результаты курса «Твои возможности, человек»**

#### **Обучающийся научится:**

- аргументировать, приводить доказательства взаимосвязи человека и окружающей среды;

- аргументировать, приводить доказательства необходимости соблюдения мер профилактики заболеваний, травматизма, стрессов, вредных привычек, нарушения осанки, зрения, слуха, инфекционных и простудных заболеваний;

- использовать методы биологической науки: наблюдать и описывать биологические объекты и процессы; проводить исследования с организмом человека и объяснять их результаты;

- анализировать и оценивать влияние факторов риска на здоровье человека.

**Обучающийся получит возможность научиться:**

- находить информацию о строении и жизнедеятельности человека в научно-популярной литературе, биологических словарях, справочниках, Интернет-ресурсе, анализировать и оценивать ее, переводить из одной формы в другую;

- анализировать и оценивать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к здоровью своему и окружающих; последствия влияния факторов риска на здоровье человека;

- создавать собственные письменные и устные сообщения об организме человека и его жизнедеятельности на основе нескольких источников информации, сопровождать выступление презентацией, учитывая особенности аудитории сверстников;

- работать в группе сверстников при решении познавательных задач связанных с особенностями строения и жизнедеятельности организма человека, планировать совместную деятельность.

**Содержание курса внеурочной деятельности**

**Введение (1 час)**

Предмет и задачи курса физиологии высшей нервной деятельности , связь его с психологией, медициной и другими науками.

**Физиологические основы ощущения, восприятия, памяти, воображения, мышления (15 часов)**

Роль анализаторов в познании внешнего мира. Ощущение – первичный сигнал действительности.

Память и ее физиологические основы. Типы и качество памяти. Методы рационального заучивания. Воспроизводящее и творческое воображение.

Физиологические основы рассудочной деятельности животных и человеческого мышления. Речь как инструмент мышления. Культура речи. Способы организации умственной деятельности.

Демонстрация: таблицы «Анализаторы», таблицы двойственных изображений, чертежей, иллюстрированных зрительных иллюзий, фигур для проверки памяти на узнавание и воспроизведение, репродукция картины И.Левитана «У омута».

### **Физиологические основы деятельности. Воля, внимание, сознание (5 часов)**

Произвольное и непроизвольное внимание. Потребность – источник деятельности. Анализ волевого действия. Упрямство и настойчивость, внушение и внушаемость, их физиологические основы.

Внимание. Непроизвольное и произвольное внимание. Тренировка произвольного внимания.

Сознание- высшая степень в развитии психики. Динамический стереотип как физиологическая основа выработки навыков. Роль умений и навыков в производственной и спортивной деятельности. Образование привычек. Вредные и полезные привычки. Бессознательные, подсознательные и сознательные формы поведения. Их взаимосвязь.

### **Типы высшей нервной деятельности человека (12 часов)**

Понятие о темпераменте. Сангвинистический, холерический, флегматический и меланхолический темпераменты. Типы высшей нервной деятельности: мыслительный, художественный, смешанный. Типологические особенности человека и выбор профессии. Интересы, склонности и способности. Условия реализации способности личности.

### **Лабораторные и практические работы:**

1.Определение типа памяти. Выявление кратковременной памяти. Образная память. Смысловая память. Объемы памяти при механическом и логическом запоминании



2. Выявление особенностей воображения и мышления с помощью тестов
3. Определение устойчивости и объема внимания
4. Определение силы и уравновешенности нервной системы
5. Определение характера человека по сенсорным и моторным манипуляциям
6. Определение типа темперамента
7. Определение коэффициента интеллекта
8. Культура речи
9. Исследование типологических особенностей ВНД
10. Выявление взаимосвязи между вниманием и работоспособностью.

### Тематическое планирование

Наименование тем курс	Всего часов
Введение	1 час
Физиологические основы ощущений, восприятий, памяти, воображения, мышления.	15 часов
Физиологические основы деятельности. Воля, внимание, сознание.	5 часов
Типы высшей нервной деятельности.	12 часов
Заключительное занятие.	1 час
<b>Итого</b>	<b>34 часа</b>

## Учебно – тематическое планирование

№	Тема занятий	Формы работы	Общее количество часов	Количество часов	
				Теоретические занятия	Практические занятия
1	Введение	Беседа.	1	1	-
<b>Физиологические основы ощущения, восприятия, памяти, воображения, мышления (15ч)</b>					
2	Роль анализаторов в познании внешнего мира	Лекция	1	1	-
3	Изучение процесса восприятия	Лекция	1	1	-
4	Физиология зрительного анализатора	Беседа	1	1	-
5	Физиология слухового анализатора	Лекция	1	1	-
6	Физиология сомато-сенсорного анализатора	Сообщения	1	1	-
7	Тактильная и болевая чувствительность	Беседа	1	1	-
8	Ощущение - первичный сигнал действительности	Сообщения	1	1	-
9	Память и ее физиологические основы	Лекция	1	1	-
10	Типы и качество памяти	Дискуссия	1	1	-
11	Определение объема кратковременной памяти человека	Практическая работа	1	-	1
12	Определение объёма зрительной памяти	Практическая работа	1	-	1
13	Физиологические основы рассудочной деятельности	Беседа	1	1	-
14	Речь как инструмент мышления	Беседа	1	1	-
15	Культура речи	Практическая работа	1	-	1
16	Итоговое занятие	Семинар	1	-	1
<b>Физиологические основы деятельности. Воля, внимание, сознание (5ч)</b>					
17	Волевые действия. Упрямство, настойчивость, внушение, внушаемость.	Беседа	1	1	-
18	Внимание. Тренировка произвольного внимания	Беседа	1	1	-
19	Определение произвольного и непроизвольного внимания	Практическая работа	1	-	1

20	Сознание – высшая степень развития психики. Вредные и полезные привычки	Диспут	1	1	-
21	Бессознательные, подсознательные и сознательные формы поведения.	Дискуссия	1	1	-
<b>Типы высшей нервной деятельности человека (12 ч)</b>					
22	Типы высшей нервной деятельности	Беседа	1	1	-
23	Исследование типологических особенностей ВНД	Практическая работа	1	-	1
24	Определение силы и уравновешенности нервной системы	Практическая работа	1	-	1
25	Психологические особенности личности.	Беседа	1	1	-
26	Эмоции	Беседа	1	1	-
27	Характер, темперамент	Диспут	1	1	-
28	Определение типа темперамента	Практическая работа	1	-	1
29	Определение характера человека по сенсорным и моторным манипуляциям	Практическая работа	1	-	1
30	Интересы, склонности, способности	Беседа	1	1	-
31	Определение коэффициента интеллекта.	Практическая работа	1	-	1
32	Работоспособность. Режим дня	Беседа	1	1	-
33	Составление режима дня	Практическая работа	1	-	1
34	Заключительное занятие	Семинар	1	-	1
Итого			34	22	12