# ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ

#### Вопросы здоровьесбережения рассматриваются в разных формах во  всех  предметах учебного плана гимназии. В учебном плане гимназии (1-4 классы, 5-9 классы)  и в учебном плане дополнительного образования школы на уроках биологии в 8 классе и во внеурочное время (на кружке)  все темы связаны напрямую с вопросом здоровьесбережения.

#### **8 класс биология «Человек и его здоровье»**

#### Учебная программа по биологии в 8 классе «Человек и его здоровье» рассчитана на 68 часов (2 часа в неделю).

#### Пути сохранения и улучшения здоровья учащихся раскрываются в темах:

#### Первая помощь при травмах;

#### Предупреждение нарушений осанки;

#### Развитие опорно-двигательной системы;

#### Предупреждение заболеваний сердца и сосудов;

#### Первая помощь при кровотечениях;

#### Болезни органов дыхания;

#### Первая помощь при поражении органов дыхания;

#### Значение питания состав пищи;

#### Гигиена питания;

#### Предупреждение заболеваний почек;

#### Гигиена слуха;

#### Половые и возрастные заболевания;

#### Наследственные врожденные заболевания;

#### Вред курения, алкоголя, наркотиков;

#### Работоспособность и режим дня.

#### **Кружок «Что такое здоровье» 6, 8 классы**

#### **Цель:** способствовать развитию интереса к биологии, формированию здорового образа жизни и культуры здоровья.

#### **Задачи:**

#### формирование умения работать с дополнительной литературой, извлекать из нее интересные и необходимые факты; практическое применение полученных знаний в повседневной жизни, соблюдение мер профилактики заболеваний;

#### развитие и совершенствование психологических качеств личности школьников: любознательности, инициативности, трудолюбия, воли, настойчивости, самостоятельности в приобретении знаний;  способствовать воспитанию ответственного отношения к своему здоровью.

#### Программа кружка рассчитана на 34 часа,  проводится 1 раз в неделю для учащихся  6го класса, и 1 раз в неделю для учащихся 8-го класса (элективный курс).

#### Некоторые темы кружка:

#### Основы рационального питания”

#### «Двигательный режим школьника»

#### «Гигиена дыхания»

#### «Гигиена учебного труда школьника»

#### «Личная гигиена подростков»

#### «Окружающая среда и здоровье человека»