

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Лиховская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрена
на заседании
протокол № 1
от 26.08 2022 г.
рук. ШМО

Согласовано
с МС
26.08 2022 г.
Председатель МС

Принята
педагогическим Советом
протокол № 1 от 30.08 2022 г.

Утверждаю
Директор школы:
/Журавлева Н. В./
приказ № 14 от 30.08 2022 г.



Рабочая программа

по внеурочной деятельности «Экологическая культура»

класс 8 А

количество часов в год - 31; в неделю – 1

Составитель: Колесникова С.А.

х. Лихой

2022 – 2023 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Экологическая культура» для учащихся 8 класса составлена на основе основной образовательной программы основного общего образования МБОУ Лиховской СОШ, учебного плана МБОУ Лиховской СОШ на 2022 – 2023 учебный год в рамках реализации ФГОС для основного общего образования, годового календарного учебного графика МБОУ Лиховской СОШ; программы Е.М.Приорова «Экологическая культура и здоровье человека» и требованиям к условиям реализации основной образовательной программы

.Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Экологическая культура» для 8 класса ориентирована на использование учебника: М.З. Федорова, В.С. Кучменко, Г.А. Воронина. Экология. Экология человека. Культура здоровья. 8 класс. — М.: Вентана-Граф, 2020. – (Российский учебник). В соответствии с учебным планом программа рассчитана на 2 часа в неделю, 35 учебных недель в год.

В соответствии с годовым календарным графиком и расписанием занятий в МБОУ Лиховской СОШ на 2022 – 2023 учебный год рабочая программа реализуется за 31 учебный час и обеспечит рациональное распределение учебного материала.

Срок реализации программы 1 год.

Планируемые результаты освоения обучающимися курса внеурочной деятельности

Рабочая программа позволяет добиваться следующих результатов освоения образовательной программы начального общего образования по внеурочной деятельности:

Личностные результаты

- 1) осознание адекватного понимания причин успешности (не успешности) творческой деятельности;
- 2) проявление позитивного отношения к действительности;
- 3) формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей;
- 4) проявление устойчивого интереса к новым способам познания;
- 5) проявление готовности к сотрудничеству с другими людьми;
- 6) формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе;
- 7) проявление готовности выражать и отстаивать свою позицию;
- 8) критично относиться к своим поступкам;
- 9) формирование ответственности за окружающую природу как общечеловеческую ценность.

Метапредметные результаты

1. Познавательные УУД

- самостоятельно принимать и сохранять творческую задачу;
- самостоятельно находить варианты решения творческой задачи;
- объяснять живой мир с точки зрения биологии;
- использовать методы и приёмы эколого-биологической деятельности в творческом процессе и повседневной жизни;
- создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта;
- осознание роли жизни;
- использовать биолого-экологические знания в быту

2. Регулятивные УУД:

- самостоятельно обнаруживать биологическую проблему, определять цель творческой деятельности;
- выдвигать версии решения творческой проблемы, осознавать конечный результат;
- составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта);

- работать по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно;
- различать способ и результат действия;
- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в незнакомом материале;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- в диалоге с учителем вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности своей работы и работы других в соответствии с этими критериями.

3. Коммуникативные УУД:

- адекватно воспринимать оценку учителя;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- вносить коррективы в действия на основе их оценки и учёта сделанных ошибок;
- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.);
- задавать вопросы;
- работать в малых группах;
- взаимодействовать со сверстниками;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать партнёрам в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Предметные результаты

Обучающийся научится:

- 1) оценивать состояние своего здоровья;
- 2) устанавливать связь между биосоциальными факторами среды и своим здоровьем;
- 3) соблюдать гигиенические правила для ведения здорового образа жизни;
- 4) проводить наблюдения и самонаблюдения;
- 5) основам экологической культуры человека.

Обучающийся получит возможность научиться:

- 1) проводить простейшие наблюдения, измерения, опыты;
- 2) систематизировать и обобщать разные виды информации;
- 3) пользоваться простыми биологическими приборами, инструментами и оборудованием;
- 4) устанавливать взаимосвязи здоровья человека и его образа жизни;
- 5) определять факторы, укрепляющие здоровье человека в процессе онтогенеза;
- 6) систематизировать основные условия сохранения здоровья человека;
- 7) осознавать необходимость своего участия в охране окружающей среды.

Содержание курса внеурочной деятельности **34 часа в год, 1 час в неделю**

I. Введение (1 ч.)

Место курса «Экология человека. Культура здоровья» в группе дисциплин естественно - научного цикла. Значимость и практическая направленность курса.

II. Окружающая среда и здоровье человека (7 ч.)

Что изучает экология человека. Экология человека как научное направление, включающее биологическую, социальную и прикладную составляющие. Экологические факторы. Здоровье и образ жизни. Связь природной и социальной среды со здоровьем человека. Образ жизни. История развития представлений о здоровом образе жизни. Из истории развития взаимоотношений человека с природой. Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях. Влияние климатических факторов на здоровье. Экстремальные факторы окружающей среды. Вредные привычки и здоровье человека.

Лабораторная работа № 1: «Оценка состояния физического здоровья».

Проектная деятельность. История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно-климатические условия. Климат и здоровье.

III. Влияние факторов среды на функционирование систем органов (21 ч.)

Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Воздействие двигательной активности на организм человека. Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Иммуитет и здоровье. Условия полноценного развития системы кровообращения. Профилактика нарушений деятельности сердечно-сосудистой системы. Правильное дыхание. Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты – важный экологический фактор. Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний. Рациональное питание и культура здоровья. Воздействие солнечных лучей на кожу. Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции. Закаливание. Средства и способы закаливания. Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Стресс как негативный биосоциальный фактор. Чувствительность к внешним воздействиям и тип высшей нервной деятельности. Биоритмы и причины их нарушения. Гигиенический режим сна – составляющая здорового образа жизни. Условия нормального функционирования зрительного анализатора. Внешние воздействия на органы слуха и равновесия. Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции. Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов. Проблема взросления и культура здоровья. Факторы риска внутриутробного развития. Гендерные роли. Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путем. Ответственное поведение как социальный фактор.

Лабораторные работы:

№ 2 «Оценка подготовки организма к занятиям физической культурой»;

№3 «Оценка состояния противoinфекционного иммунитета. Определение стрессоустойчивости сердечно-сосудистой системы»;

№ 4 «Влияние холода на частоту дыхательных движений»;

№ 5 «Оценка температурного режима помещений. Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей»;

№ 6 «Острота слуха и шум».

Практическая работа № 1: «О чем может рассказать упаковка продукта».

Практическая работа № 2: «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды».

Практическая работа № 3: «Развитие утомления».

Проектная деятельность:

- № 1 «История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно-климатические условия. Климат и здоровье»;
- № 2 «Формирование навыков активного образа жизни»;
- № 3 «Здоровье как главная ценность для человека. Показатели состояния здоровья»;
- № 4 «Рациональное питание человека»;
- № 5 «Закаливание и уход за кожей»;
- № 6 «Бережное отношение к здоровью»;

IV. Репродуктивное здоровье (4 ч.)

Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов. Проблема взросления и культура здоровья. Факторы риска внутриутробного развития. Гендерные роли. Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путем. Ответственное поведение как социальный фактор.

V. Заключение (1 ч)

Подведение итогов по элективному курсу «Экология человека. Культура здоровья». Здоровье как одна из главных ценностей. Влияние биологических и социальных факторов на организм человека.

Формы организации занятий

- создание отчета экскурсии в устной и письменной форме;
- рисование картин по выбранной теме;
- оформление альбомов с рисунками и гербариями;
- создание сообщений;
- мини-исследования;
- практические работы;
- экскурсии;
- познавательные коллективные игры;
- выставка творческих работ.

Виды деятельности

- игровая;
- познавательная;
- поисково-исследовательская;
- проектная;
- проблемно-ценностное общение.

Основные методы и технологии

- игровые технологии;
- развивающие обучение;
- саморазвитие личности;
- проектное обучение;
- технология обучения в сотрудничестве;
- информационно-коммуникативные технологии.

Тематическое планирование

№	тема	Количество часов	в том числе	
			лабораторные работы	практические работы
1	Введение	1	-	-
2	Окружающая среда и здоровье человека	7	1	-
3	Влияние факторов среды на функционирование систем органов	21	5	3
4	Репродуктивное здоровье	2	-	-
5	Заключение	1		
Итого за год		31	6	3

В столбце «Типы урока»:

- о ОНМ – ознакомление с новым материалом
- о ЗИ – закрепление изученного
- о ПЗУ – применение знаний и умений
- о ОСЗ – обобщение и систематизация знаний
- о ПКЗУ – проверка и коррекция знаний и умений
- о ПД – проектная деятельность

Приложение 1

Календарно-тематическое планирование

Номера уроков по порядку	№ урока в разделе, теме	Тема урока	Тип урока	Дата	
				План	Факт
Введение (1 ч)					
1	1	Что изучает экология человека.	ОНМ	26.09	
Глава 1 Окружающая среда и здоровье человека (6 ч)					
2	1	Здоровье и образ жизни. Л. Р. № 1 «Оценка состояния своего физического здоровья».	ЗИ.ЛР	03.10	
3	2	История развития представлений о здоровом образе жизни.	ОНМ	10.10	
4	3	Из истории развития взаимоотношений человека с природой.	ОНМ	17.10	
5	4	Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях. Проектная деятельность № 1 «История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно-климатические условия. Климат и здоровье».	ПД ПКЗУ	24.10	
6	5	Влияние климатических факторов на здоровье.	ОНМ	07.11	
7	6	Экстремальные факторы среды.		14.11	
Глава 2 Влияние факторов среды на функционирование систем органов (21 ч.)					
8	1	Вредные привычки (болезненные, пагубные пристрастия).	ПКЗУ	21.11	
9	2	Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Л. Р. № 2 «Оценка подготовленности организма к занятиям физической культурой».	ЛР ПКЗУ	28.11	
10	3	Воздействие двигательной активности на организм человека. Проектная деятельность № 2 «Формирование навыков активного образа жизни».	ПД ПКЗУ	05.12	
11	4	Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови.	ОНМ	12.12	
12	5	Иммунитет и здоровье. Л. Р. № 3 «Оценка состояния противоинфекционного иммунитета».	ЛР ОСЗ	19.12	
13	6	Условия полноценного развития системы кровообращения. Л. Р. № 4 «Реакция сердечно-сосудистой	ЛР ПЗУ	26.12	

		системы на нагрузки».			
14	7	Профилактика нарушений деятельности сердечно-сосудистой системы. Л. Р. № 5 «Определение стрессоустойчивости с/с системы». Проектная деятельность № 3 «Здоровье как главная ценность для человека. Показатели состояния здоровья».	ЛР ОСЗ	09.01	
15	8	Правильное дыхание. Л. Р. №6 «Влияние холода на частоту дыхательных движений»	ЛР	16.01	
16	9	Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты – важный экологический фактор. П. Р. № 1 «О чем может рассказать упаковка».	ПР	23.01	
17	10	Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний.	ОНМ	30.01	
18	11	Рациональное питание и культуры здоровья. Проектная деятельность №. 4 «Рациональное питание человека».	ПД	06.02	
19	12	Воздействие солнечных лучей на кожу.	ОНМ	13.02	
20	13	Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции. П. Р. № 2 «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды».	ПР ОСЗ	20.02	
21	14	Закаливание. Средства и способы закаливания. Проектная деятельность № 5 «Закаливание и уход за кожей».	ПД	27.02	
22	15	Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. П. Р. № 3 «Развитие утомления».	ПР	06.03	
23	16	Условия нормального функционирования зрительного анализатора.	ОНМ ПЗУ	13.03	
24	17	Внешние воздействия на органы слуха и равновесия.	ОНМ	27.03	
25	18	Стресс как негативный биосоциальный фактор.	ОНМ	03.04	
26	19	Чувствительность к внешним воздействиям и тип высшей нервной деятельности.	ОНМ	10.04	
27	20	Биоритмы и причины их нарушений.	ОНМ ЗИ	17.04	
28	21	Гигиенический режим сна – составляющая здорового образа жизни.	ОНМ	24.04	
29	22	Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции. Проектная деятельность № 6 «Бережное отношение к здоровью».	ПД	15.05	
Глава 3 Репродуктивное здоровье (2 ч.)					
30	1	Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных	ОЗН ЗИ	22.05	

		факторов. Проблемы взросления и культура здоровья.			
31	2	Факторы риска внутриутробного развития.	ПКЗУ	29.05	