

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Многопрофильный лицей №188» Кировского района г. Казани**

«Рассмотрено»

Руководитель МО

 /Е.М.Гарифуллина

Протокол № 1

от «27» 08 2022г.

«Согласовано»

Зам. директора по УР

 /Д.М. Шавалиева

«29» 08 2022 г.

«Утверждено»

Директор

МБОУ «Лицей №188»

 /О.Г.Расулова

Приказ №

от «31» 08 2022г.



**Рабочая программа
учебного курса внеурочной деятельности
общекультурное направление
Экологическая культура
для учащихся 8 класса**

Составитель: Тарасова В.М.

учитель биологии

первой квалификационной категории

Принято на заседании

педагогического совета

протокол № 1 от 29.08.22

Содержание:

I. Метапредметные, личностные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности.....	3
II. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.....	5.
III. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.....	8
IV. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения курса внеурочной деятельности.....	8

I. Метапредметные, личностные и предметные результаты освоения курса внеурочной деятельности

В результате изучения курса «Экологическая культура и здоровый образ жизни» учащиеся **получат представления:**

- о культурных традициях заботы о здоровье и качестве окружающей среды у разных народов;
- традициях ЗОЖ коренных народов местной территории;
- экологической культуре как способе и результате адаптации в конкретных социоприродных условиях;
- целостности телесного и духовного здоровья;
- индивидуальных особенностях ресурсов здоровья и здорового образа жизни;
- источниках информации по вопросам экологии и здоровья;
- ответственных организациях, учреждениях и лицах в области экологии и здоровья;
- стратегиях поведения в условиях опасностей для здоровья в чрезвычайных и повседневных экологических ситуациях;
- о видах загрязнения окружающей среды, их причинах; нормировании качества среды;

научатся:

- раскрывать содержание понятий: здоровье, ресурсы здоровья, ЗОЖ, загрязнитель, экологическая безопасность, экологический риск, чрезвычайная экологическая ситуация;
- приводить аргументы, подтверждающие взаимосвязь телесного и духовного здоровья человека; ЗОЖ человека и его экологической культуры;
- оценивать ресурсы своего здоровья;
- называть особенности ЗОЖ коренных народов своей местности; отношение к вредным привычкам;
- выполнять практические действия по оценке экологических рисков в повседневных ситуациях, вести экологический мониторинг;
- классифицировать загрязнители по их действию на здоровье; обосновывать способы экологически безопасного поведения и жизнедеятельности в чрезвычайных и повседневных экологических ситуациях;
- проектировать образ жизни, учитывающий экологические риски окружающей среды и индивидуальные особенности человека.
- находить, проверять тематическую информацию, и использовать ее;
- разрабатывать проект в соответствии с требованиями; принимать обоснованное решение о возможности его реализации в жизни;
- подчиняться правилам работы в команде, следовать принципам социального партнерства;
- формулировать мысль, представлять ее публично, аргументировать, убеждать и вести просветительскую работу;
- составлять портфолио.

применять:

-экосистемную познавательную модель и историко-культурный подход для изучения здоровья человека и культурных традиций его сохранения во взаимосвязи с социоприродными условиями проживания;

получат возможность:

- участия в прениях, дискуссиях, дебатах;
- общения на переговорной площадке, форуме;
- позиционирования в роли лица, ответственного за состояние здоровья окружающих людей и качество окружающей среды;
- опыта нравственного выбора на основе ценностного отношения к здоровью, экологической безопасности жизни во всех ее направлениях;
- осознания взаимосвязи телесного и духовного здоровья при ведущей роли нравственности, компетентности и культуры человека;
- положительной мотивации к действиям по развитию своей экологической грамотности;
- осознанного отказа от вредных привычек;
- самоограничения на основе экологических, нравственных и правовых императивов;
- формирования культуры здорового и экологически безопасного образа жизни.

Личностные результаты предусматривают:

- опыт нравственного выбора на основе ценностного отношения к здоровью, экологической безопасности, жизни во всех ее направлениях;
- осознание взаимосвязи телесного и духовного здоровья при ведущей роли нравственности, компетентности и культуры человека;
- положительную мотивацию к действиям по развитию своей экологической грамотности; осознанному отказу от вредных привычек; самоограничению на основе экологических, нравственных и правовых императивов; формированию культуры здорового и экологически безопасного образа жизни.

Метапредметными результатами являются:

опыт:

- применения экосистемной познавательной модели и историко-культурного подхода для изучения здоровья человека и культурных традиций его сохранения во взаимосвязи с социоприродными условиями проживания;
- нравственного выбора и принятия обоснованного решения о стратегии действий в условиях экологического риска; рефлексии и оценки последствий таких действий;
- участия в прениях, дискуссиях, дебатах; общения на переговорной площадке, форуме; позиционирования в роли лица, ответственного за состояние здоровья окружающих людей и качество окружающей среды;

А также ***умения:***

- находить, проверять тематическую информацию, и использовать ее;

- разрабатывать проект в соответствии с требованиями; принимать обоснованное решение о возможности его реализации в жизни;
- подчиняться правилам работы в команде, следовать принципам социального партнерства;
- формулировать мысль, представлять ее публично, аргументировать, убеждать и вести просветительскую работу;
- составлять портфолио.

Предметными результатами являются:

Представления:

- о культурных традициях заботы о здоровье и качестве окружающей среды у разных народов;

Традициях ЗОЖ коренных народов местной территории; экологической культуре, как способе и результате адаптации в конкретных социоприродных условиях; целостности телесного и духовного здоровья; индивидуальных особенностях ресурсов здоровья и здорового образа жизни; источниках информации по вопросам экологии и здоровья; ответственных организациях, учреждениях и лицах в области экологии и здоровья; стратегиях поведения в условиях опасностей для здоровья в чрезвычайных и повседневных экологических ситуациях;

- о видах загрязнения окружающей среды, их причинах; нормировании качества среды;

умения:

- раскрывать содержание понятий: здоровье, ресурсы здоровья, ЗОЖ, загрязнитель, экологическая безопасность, экологический риск, чрезвычайная экологическая ситуация;

- приводить аргументы, подтверждающие взаимосвязь телесного и духовного здоровья человека; ЗОЖ человека и его экологической культуры;

- оценивать ресурсы своего здоровья;

- называть особенности ЗОЖ коренных народов своей местности; отношение к вредным привычкам;

- выполнять практические действия по оценке экологических рисков в повседневных ситуациях, вести экологический мониторинг;

- классифицировать загрязнители по их действию на здоровье; обосновывать способы экологически безопасного поведения и жизнедеятельности в чрезвычайных и повседневных экологических ситуациях;

- проектировать образ жизни, учитывающий экологические риски окружающей среды и индивидуальные особенности человека.

II. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1.Введение

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

2. Окружающая среда и здоровье человека

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. *Видеофильм*

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

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

3. Влияние факторов среды на функционирование систем органов *Презентации, видеофильмы*

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 противинфекционного иммунитета. Определение стрессоустойчивости сердечнососудистой 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»;

4. Репродуктивное здоровье

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.

5. Итоговое занятие .

Содержание программы «Экологическая культура» в 8 классе, как звено в системе непрерывного экологического здоровьесберегающего образования, является ступенью для последующей его уровневой и профильной дифференциации. Примерная программа внеурочной деятельности составлена из расчета 35 ч в год, 1ч в неделю

Программа предусматривает организацию деятельности учащихся 8 классов в форме клуба по интересам «Экология и здоровье», направленного на формирование индивидуального и коллективного опыта проектирования здорового и экологически безопасного образа жизни в школе и дома, с учетом познавательных интересов обучающихся в естественно-научной, гуманитарной, технической сферах. **Виды деятельности:** научно-исследовательская, проектная, ролевая игра, проблемно-ценностное и досуговое общение, социально-творческая, общественно-полезная практика.

Формы организации внеурочной деятельности:

1. Индивидуальная работа
2. Работа в парах
3. Групповая работа

Формы организации: дискуссия, полемика, прения, дебаты, диспут, форум, тематический вечер, исследовательские работы естественно-научной, гуманитарной, технической направленности; просветительские акции.

Промежуточная аттестация: образовательная игра

III. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

№	Тема/раздел	Количество часов
1	Введение	2
2	Окружающая среда и здоровье человека	7
3	Влияние факторов среды на функционирование систем органов	21
4	Репродуктивное здоровье	4
5	Итоговое занятие	1
	ИТОГО:	35 часов

IV. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной программы

1. учебно-методического обеспечение для учителя

1. Ашихмина, Т.Я. Школьный экологический мониторинг: учебно-метод. пособие /Т.Я. Ашихмина, А.И. Васильева, Л.В. Кондакова и др.; под ред. Т.Я. Ашихминой. - М.: Агар,2000.

2. Губарева, Л.И. Экология человека: практикум/О. М. Мизирева, Т.М. Чурилова. - М.: Владос,2005.

3. Данилов-Данильян, В.И. Экологическая безопасность: общие принципы и российский аспект /В.И. Данилов- Данильян, М.Ч. Залиханов, К.С. Лосев. -М.: 2001

4. Дзятковская, А.Н. Программы внеурочной деятельности. Экологическая культура и здоровый образ жизни.8 класс. Экологическая культура и устойчивое развитие.9 класс [Текст] / А.Н Дзятковская, А.Н.Захлебный, Л.И. Колесникова и др. – М.: Просвещение, 2012 - 92 с.- (Работаем по новым стандартам).

5. Мансурова, С. Е. Здоровье человека и окружающая среда: элективный курс: практикум /С.Е. Мансурова, О.А. Шклярова .-М.: Виктория плюс: 5 за знания, 2007.

для учащихся

1. Дзятковская, Е.Н. Экология и здоровье: учеб. пособие /Е.Н. Дзятковская // Хрестоматия к курсу «Экология и здоровье в моей будущей профессии». -М.: Образование и экология, 2009.

2. Зверев, А.Т. Экология: учеб. пособие для 7-9 кл. / А.Т. Зверев. -Оникс, 2007.

3. Сергеев, Б.Ф. Занимательная физиология: книга для чтения /Б.Ф. Сергеев . - М., 2001.

Прошито, пронумеровано и
скреплено печатью: 8 листов
Директор МБОУ «Лицей №188»
Расулова Э.Г./

МП

