

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Первомайская средняя общеобразовательная школа №11

Утверждаю

и.о. директора _____ Л.А. Кузьмина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по внеурочной деятельности « ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»

Уровень основное общее образование 9 класс

Количество часов 34

Учитель Лиманская Ирина Иосифовна

п.Красностепной

2022г.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности.

Личностными результатами освоения программы внеурочной деятельности по социальному направлению «Экология человека» является формирование следующих умений:

- осуществлять нравственный выбор на основе ценностного отношения к здоровью, экологической безопасности, жизни во всех ее проявлениях;
- осознавать взаимосвязь телесного и духовного здоровья при ведущей роли нравственности, компетентности и культуры человека;
- находить связь между биосоциальными факторами среды и здоровьем человека;
- соблюдать гигиенические правила (питания, дыхания, сна и др.), режим дня (двигательной активности, труда, отдыха и др.); применять способы закаливания и ухода за кожей; уменьшать вредное воздействие стресса и утомления;
- проводить наблюдения и самонаблюдения.
- обладать положительной мотивацией 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 освоения программы внеурочной деятельности по социальному направлению «Экология человека» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- называть принципы работы в команде (мягкое управление, сотрудничество и взаимопомощь для достижения общей цели); объяснять сущность ненасильственного общения и демонстрировать его в модельных ситуациях; вести диалог;
- называть существенные особенности конструктивной критики; применять способы аргументации (рассуждение, научное доказательство, ссылку на опыт, традиции, авторитетное мнение, здравый смысл);
- применять способы нейтрализации логических ошибок, уловок – манипуляций, устранять их; распознавать недостоверную информацию по ее существенным признакам;
- рефлексировать опыт досугового и проблемно – ценностного обсуждения актуальных вопросов экологической безопасности и здоровья;
- перечислять правила спора и обосновывать их целесообразность;

Познавательные УУД:

- приводить примеры применения экологической познавательной модели для выявления экологических рисков человека в информационной среде;
- схематично представлять модель успешного общения современного человека и комментировать ее;

- собирать необходимую информацию в библиотеке, Интернете; делать выписки с библиографическими ссылками;
- перечислять требования к просветительскому проекту; называть существенные отличия доказательства и убеждения; применять доказательство и убеждение при выполнении проекта;
- проводить оценку результатов проекта, его общественную экспертизу.

Коммуникативные УУД:

- называть существенные признаки дискуссии, составлять ее сценарий и организовывать ее; в дискуссии аргументировать свою точку зрения;
- называть фразы, недопустимые во время спора; называть способы предупреждения конфликта и выхода из него;
- применять принципы работы в команде в жизненных ситуациях;
- представлять информацию в виде тезисов;
- формулировать мысль, представлять ее публично, аргументировать, убеждать и вести просветительскую работу.

Содержание курса

№	Разделы курса внеурочной деятельности	Содержание курса внеурочной деятельности	Формы организации курса внеурочной деятельности	Виды деятельности обучающихся
	Введение (2 часа)	Здоровье. Единство телесного и духовного здоровья человека. Ресурсы здоровья, их виды. Здоровый образ жизни как способ сохранения и увеличения ресурсов здоровья.	Проведение инструктажей по технике безопасности при проведении наблюдений в природе, работе на участке.	Называть личные цели изучения проблем экологии и здоровья и пути их решения. Формулировать свои познавательные интересы к проблемам экологии и здоровья. Раскрывать понятие «здоровье», его биосоциальную природу, единство телесного и духовного здоровья, его связь с биологической, психической адаптацией и социализацией. Давать определение здорового образа жизни как способа сохранения и увеличения ресурсов здоровья.
	Раздел	Культурные традиции здорового образа	индивидуаль	Характеризовать культуру как способ и результат

1. Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий (5 часов)	жизни разных времен и народов. Культура здоровья местного населения как результат адаптации многих поколений к условиям проживания. Экологический подход как метод проектирования здорового образа жизни с учетом социоприродного окружения. Экологическая безопасность. Особенности питания, предметов домашнего обихода, жилища, одежды, способов природопользования, воспитания здорового потомства, отношения к вредным привычкам, отраженные в традициях, обычаях и верованиях местных коренных народов	ная, групповая, выставка, творческий конкурс. практические работы, мини проекты, изготовление поделок.	адаптации и организации жизнедеятельности людей, в единстве ее материальной и духовной составляющих. Получать этнографическую информацию о культурных традициях здоровья разных времен и народов, анализируя данные археологии, этнографии, истории, языкознания, фольклора и материальной культуры народа. Обосновывать связь культуры здорового образа жизни народа с природными и социальными условиями его жизнедеятельности. Раскрывать понятие «экологическая безопасность». Называть особенности здорового образа жизни местных коренных народов, включая их рацион питания, предметы домашнего обихода, жилище, одежду, способы природопользования, воспитания здорового потомства; отношение к вредным привычкам, отраженные в традициях, обычаях, фольклоре и верованиях местных коренных народов.
Раздел 2. Собираем информацию: что угрожает нашему здоровью? (5 часов)	Источники информации об экологических рисках и рисках для здоровья, их надежность. Способы проверки информации на достоверность. Практические способы оценки экологических рисков в повседневной жизни (экологический мониторинг качества воды, воздуха, почвы, продуктов питания, предметов быта). Ресурсы здоровья. Индивидуальные особенности ресурсов здоровья (резистентность организма, ценностные установки, грамотность в вопросах экологии и здоровья). Особенности общения по вопросам	Познавательные и развивающие игры. экологические проекты, разработка и создание экознаков, с оставление памяток, защита проектов. Конкурсы	Раскрывать понятия «риск», «экологический риск». Проводить самообследование ресурсов здоровья. Демонстрировать умения оценивать экологические риски в повседневной жизни (экологический мониторинг качества воды, воздуха, почвы, продуктов питания, предметов быта). Называть надежные источники информации по вопросам экологии и здоровья. Получать информацию об экологических рисках в урбанизированной и сельской среде из письменных и электронных источников, фиксировать ее, проверять на достоверность.

		экологии и здоровья: опасность предрассудков, спекуляций, манипуляций, криминала, терроризма. Способы защиты от ложной информации. Формы обращения граждан к службам экстренной помощи, организациям, депутатам, ответственным лицам. Формы социального партнерства с общественными организациями, учреждениями здравоохранения по предоставлению населению достоверной информации по вопросам экологии и здоровья.	Викторины Поисковые исследования Познавательные игры Практические занятия.	Приводить и комментировать примеры особенностей общения по вопросам экологии и здоровья, способы защиты от ложной информации. Называть службы, организации, учреждения, к которым следует обращаться в опасных ситуациях и формы таких обращений. Приводить примеры социального партнерства по улучшению качества информации по вопросам экологии и здоровья.
Раздел 3. Учимся проектировать здоровый и экологически безопасный образ жизни (7 часов)	Понятие "загрязнение окружающей среды". Его виды (химические, физические, биологические, информационные). Механизмы воздействия загрязнителей на генетическое, биохимическое, физиологическое и психическое здоровье человека. Природные и антропогенные причины загрязнения окружающей среды. Нормирование качества окружающей среды. Понятие «чрезвычайная экологическая ситуация». Варианты экологически безопасного поведения. Проблемы нравственного выбора в чрезвычайных ситуациях. Способы оказания первой помощи в чрезвычайных экологических ситуациях. Процесс проектирования здорового и экологически безопасного образа жизни, его этапы, возможные трудности. Экосистемная познавательная модель как средство проектирования здорового и экологически безопасного образа жизни путем	Конкурсы Викторины Поисковые исследования Познавательные игры Практические занятия. Практические опыты и практические работы, экологические проекты, защита проектов.	Раскрывать значение понятий «загрязнение окружающей среды», «чрезвычайная экологическая ситуация». Классифицировать загрязнение своей местности, выявленное в результате экологического мониторинга. Доказывать природный и антропогенный характер загрязнения окружающей среды в регионе. Объяснять действия загрязнителей на генетическое, биохимическое, физиологическое и психическое здоровье человека. Приводить примеры трудности нравственного выбора человека в чрезвычайных ситуациях, давать оценку такому выбору, аргументировать ее в дискуссии. Демонстрировать способы оказания первой помощи. Составлять пояснительную записку к проекту. Обосновывать выбор стратегии экологически безопасного поведения в повседневной жизни. Использовать банк идей здорового образа жизни в условиях местной экологической ситуации,	

		оптимизации взаимодействия внутренней и внешней среды организма. Роль экологически чистого питания, ресурсосбережения, экологичного жилища, безопасных технических изобретений, умения выращивать экологически чистый урожай, отказа от вредных привычек, свободного доступа к информации для сохранения здоровья человека. Стратегии экологически безопасного поведения. Учет индивидуальных ресурсов здоровья.		включая применение экологически чистого питания, ресурсосбережения, отказ от вредных привычек, организацию экологически безопасного жилища, выращивание экологически чистого урожая, использование экологически безопасных технических изобретений, свободный доступ к информации. Называть индивидуальные особенности ресурсов здоровья, здорового образа жизни в местных экологических условиях. Называть актуальные направления повышения ресурсов своего здоровья. Формулировать и доказывать свою точку зрения по вопросу сходства и различия правил ЗОЖ для разных людей, проживающих в одной местности.
	Раздел 4. Окружающая среда и здоровье человека (10 часов).	Экология человека как научное направление, включающее биологическую, социальную и прикладную составляющие. Классификация экологических факторов: абиотические, биотические, антропогенные. Здоровье и образ жизни. Человек как биосоциальное существо. Связь природной и социальной среды со здоровьем (физическим, психическим, социальным). Образ жизни. История развития представлений о здоровом образе жизни. Из истории развития взаимоотношений человека с природой. Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях. Вредные привычки. Табакокурение, употребление алкоголя и наркотических веществ. Влияние климатических факторов на здоровье. Экстремальные факторы окружающей	индивидуальная, групповая, выставка, творческий конкурс. практические работы, мини проекты, изготовление поделок.	Разрабатывать проект, направленный на повышение экологической безопасности и здоровьесберегающих характеристик своего ближайшего окружения. Прогнозировать последствия реализации проекта. Объяснять смысл принципа предосторожности. Приводить примеры учета баланса экологических, экономических, социальных интересов при принятии решения. Называть критерии оценки проекта: целесообразность, реальность, экономичность, посильность, технологичность, устойчивость результатов. Реализовывать проект в реальной жизни с привлечением социальных партнеров. Применять правила работы в команде. Вносить в проект изменения по ходу его реализации. Рефлексировать результаты осуществления

		среды. Климат и здоровье.		проекта.
	Раздел 5. Наш вклад в здоровье окружающей среды (5 часов)	Баланс экологических, экономических и социальных интересов. Целесообразность, реальность, экономичность, экологическая безопасность, посильность, технологичность выполнения проекта, устойчивость его результатов. Исполнение проектов. Критерии социального партнерства. Перспективы решения местных проблем экологии и здоровья в будущем. Хартия Земли. Ответственность каждого гражданина за свой выбор и принятие решения. Ведущий вклад экологической культуры, духовного и социально – психологического здоровья человека в его телесное благополучие, успешную социализацию, возможность рождения здорового ребенка и долголетие. Примеры экологически направленной, здоровьесберегающей деятельности, поступков из жизни исторических личностей, известных деятелей современности, кумиров подростков. Средства просвещения и пропаганды. Буклет, плакат, газета, их задачи и способы изготовления. Пропаганда как распространение фактов, аргументов и других сведений для воздействия на общественное мнение.	Познавательные и развивающие игры. экологические проекты, изготовление поделок из природных материалов, экскурсии и прогулки в природу, разработка и создание экоснаков, с оставление памятков, защита проектов. Конкурсы Викторины Поисковые исследования Познавательные игры Практические занятия.	Выступать на прениях с аргументированными суждениями о вкладе экологической культуры, духовного и социально – психологического совершенствования человека в его телесное здоровье, успешную социализацию, возможность иметь полноценную семью, долгую творческую жизнь. Убеждать собеседника в приоритетности образования и просвещения для решения современных и будущих проблем экологии и здоровья. Использовать для аргументации примеры из истории, современности, собственной жизни. Называть существенные признаки просвещения, пропаганды и проводить их сравнение. Перечислять формы и способы просвещения. Представлять просветительские идеи на языке публицистики, художественных образов, метафор средствами плаката, буклета или газетной статьи. Давать определение дебатов, описывать их возможности в развитии лидерских качеств, умений публичных выступлений. Участвовать в организации просветительской акции. Презентовать результаты освоения курса в виде портфолио.

Календарно-тематическое планирование «Экология человека» в 9 классе 1 час в неделю (всего 34 часа в год)

№ п/п	Наименование раздела и темы	Кол. часов	Дата по плану	Дата по факту	Использование оборудования центра естественнонаучной и технологической направленностей «Точка роста»
	Введение (2 часа)				
1	Что изучает экология человека. Экологические факторы. Здоровье.	1			Компьютерное оборудование
2	Здоровье и образ жизни. Ресурсы здоровья, их виды.	1			
	Раздел 1. Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий (4 часов)				
3	История развития представлений о здоровом образе жизни.	1			
4	Климат и здоровье.	1			
5	Экстремальные факторы. Экологическая безопасность.	1			
6	Особенности образа жизни отраженные в традициях местных народов.	1			
	Раздел 2. Собираем информацию: что угрожает нашему здоровью? (4 часов)				
7	Источники информации об экологических рисках и рисках для здоровья, их надежность.	1			
8	Способы оценки экологических рисков в повседневной жизни. Ресурсы здоровья.	1			
9	Индивидуальные особенности ресурсов здоровья.	1			Компьютерное оборудование
10	Особенности общения по вопросам экологии и здоровья.	1			
	Раздел 3. Учимся проектировать здоровый и экологически безопасный образ жизни (7 часов)				
11	Понятие "загрязнение окружающей среды", его виды (химические, физические, биологические, информационные).	1			
12	Механизмы воздействия загрязнителей на генетическое, биохимическое, физиологическое и психическое здоровье человека.	1			
13	Природные и антропогенные причины загрязнения окружающей среды.	1			
14	Понятие «чрезвычайная экологическая ситуация».	1			
15	Способы оказания первой помощи в чрезвычайных экологических ситуациях.	1			
16	Процесс проектирования здорового и экологически безопасного образа жизни, его этапы, возможные трудности.	1			
17	Стратегии экологически безопасного поведения. Учет индивидуальных ресурсов здоровья.	1			

	Раздел 4. Окружающая среда и здоровье человека (10 часов).				
18	Культура здоровья и рациональное питание. Прак. раб.№ 1 «О чем может рассказать упаковка»	1			Компьютерное оборудование
19	Состав и значение пищи – как экологический фактор.	1			
20	Роль экологически чистого питания, отказа от вредных привычек.	1			
21	Профилактика заболеваний.	1			
22	Влияние различных факторов на здоровье человека. Экскурсия №1	1			
23	Прак. раб.№2 «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды»	1			
24	Проектная деятельность №1 Закаливание и уход за кожей.	1			Компьютерное оборудование
25	Культура здоровья. Особенности развития организма юноши и девушки.	1			
26-28	Биологические и социальные причины заболеваний, передающиеся половым путём	1			
29	Проектная деятельность №2 Бережное отношение к здоровью.	1			
	Раздел 5. Наш вклад в здоровье окружающей среды (3 часа)				
30-31	Проекты, направленные на экологическую безопасность окружающей среды и здоровьесбережение.	1			
32-33	Перспективы решения местных проблем экологии и здоровья в будущем.				
34	«Взаимное влияние человека и окружающей среды». Экскурсия №2	1			