

Департамент Смоленской области по образованию и науке.
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Ельнинская СШ №1 им.М.И.Глинки

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол №1 от 30.08.2022

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ Ельнинской
СШ №1 им. М.И.Глинки
М.А.Архипов
Приказ № 67-ОД от
30.08.2022



Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Экология и человек»

**Глебова Галина
Анатольевна**

педагог дополнительного образования
первой квалификационной категории

Ельня
2022г.

Пояснительная записка

Данная программа обеспечивает формирование универсальных учебных действий и опорной системы знаний, специфических для данной предметной области на этапе основного общего образования.

Программа предлагает углубление и конкретизацию основных экологических понятий, формирование которых началось в 7 – 8 классах.

Цели:

- рассмотреть влияние условий окружающей среды на человека,
- роль человека в сохранении экологического равновесия в природе.

Задачи:

- углубление и расширение научных знаний об особенностях экологической ситуации в регионе и по месту проживания;
- ознакомление с общими экологическими законами и их применением при решении практических проблем сохранения природы родного края;
- формирование научных представлений об основных способах сохранения природы родного края;
- создание у учащихся понятийного аппарата и знакомство с основными закономерностями общей экологии;
- овладение умениями применять экологические знания для объяснения процессов и явлений живой природы, использовать информацию о современных достижениях в области биологии и экологии, работать с биологическими приборами, справочниками;
- развитие познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей в процессе проведения наблюдений за живыми организмами, экспериментов, работы с различными источниками информации;
- воспитание позитивного ценностного отношения к живой природе;
- использование приобретенных знаний и умений в повседневной жизни для соблюдения правил поведения в окружающей среде.

Место и роль учебного курса

На изучение программы отведено 68 часов (2 часа в неделю)

.

Ожидаемые результаты освоения программы:

личностные:

- овладение на уровне общего образования законченной системой экологических знаний и умений, навыками их применения в различных жизненных ситуациях;
- осознание ценности экологических знаний, как важнейшего компонента научной картины мира;
- сформированность устойчивых установок социально-ответственного поведения в экологической среде – среде обитания всего живого, в том числе и человека.

метапредметные:

Метапредметные результаты курса «Экология человека» основаны на формировании универсальных учебных действий.

Личностные УУД:

- осознание себя как члена общества на глобальном, региональном и локальном уровнях (житель планеты Земля, житель конкретного региона);
- осознание значимости и общности глобальных проблем человечества;

- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости её сохранения и рационального использования;
- патриотизм, любовь к своей местности, своему региону, своей стране;
- уважение к истории, культуре, национальным особенностям, толерантность.

Регулятивные УУД:

- способность к самостоятельному приобретению новых знаний и практических умений;
- умения управлять своей познавательной деятельностью;
- умение организовывать свою деятельность;
- определять её цели и задачи;
- выбирать средства и применять их на практике;
- оценивать достигнутые результаты.

Познавательные УУД:

- формирование и развитие средствами экологических знаний познавательных интересов, интеллектуальных и творческих результатов;
- умение вести самостоятельный поиск, анализ, отбор информации, её преобразование, сохранение, передачу и презентацию с помощью технических средств.
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- создавать схемы с выделением существенных характеристик объекта;
- уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность;

Коммуникативные УУД:

- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом).

Предметные:

- называть методы изучения применяемые в экологии;
- определять основные органы человека;
- понимать смысл биологических терминов;
- проводить биологические опыты и эксперименты и объяснять их результаты;
- уметь пользоваться лабораторным оборудованием и иметь простейшие навыки работы с микропрепаратами.

Требования к уровню подготовки учащихся

Приоритетной является практическая деятельность учащихся по постановке опытов, проведению наблюдений за состоянием организма, описанию последствий при влиянии различных факторов.

Важное внимание обращается на развитие практических навыков и умений в работе с дополнительными источниками информации: энциклопедиями, справочниками, словарями, научно-популярной литературой, ресурсами Internet и др., а также:

- выдвижение гипотезы на основе житейских представлений или изученных закономерностей;
- выбор условий проведения наблюдения или опыта;
- оценка состояния организма при воздействии на него различных факторов среды; выполнение правил безопасности при проведении практических работ.
- поиск необходимой информации в справочных изданиях (в том числе на электронных носителях, в сети Internet);
- использование дополнительных источников информации при решении учебных задач; работа с текстами естественнонаучного характера (пересказ; выделение в тексте терминов, описаний наблюдений и опытов; составление плана; заполнение предложенных таблиц);

- подготовка кратких сообщений с использованием естественнонаучной лексики и иллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устного выступления);
- корректное ведение учебного диалога при работе в малой группе сотрудничества;
- оценка собственного вклада в деятельность группы сотрудничества; самооценка уровня личных учебных достижений по предложенному образцу.

Ученик научится:

- объяснять, как связаны здоровье и образ жизни; какое влияние оказывает климат на здоровье; от чего зависит возникновение перегрузок; как вредные привычки и пагубные пристрастия влияют на организм человека; роль белков, жиров, углеводов в организме; какой вред организму наносят нитраты, нитриты, пестициды, тяжелые металлы;
- приводить примеры факторов, влияющих на кровеносную, опорно-двигательную, дыхательную, пищеварительную и др. системы; факторов риска внутриутробного развития; оказывающих положительное и отрицательное влияние на организм человека в подростковом возрасте;
 - давать оценку диетам;
 - перечислять биологические и социальные различия мужчин и женщин;
 - описывать собственные наблюдения или опыты, различать в них цель, условия проведения и полученные результаты;
 - использовать дополнительные источники информации для выполнения учебной задачи;
 - находить значение указанных терминов в справочной литературе;
 - кратко пересказывать доступный по объему текст естественнонаучного характера; выделять его главную мысль;
 - использовать изученную естественнонаучную лексику в самостоятельно подготовленных устных сообщениях;
 - следовать правилам безопасности при проведении практических работ; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
 - соблюдения мер профилактики отравлений, вирусных и бактериальных заболеваний, стрессов, вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания); правил поведения в природной среде;
 - выполнения основных видов физических упражнений;
 - применения правил пребывания на солнце; правил закаливания; правил гигиены сна; методов релаксации; гигиенических рекомендаций работы на компьютере;
 - предупреждения переутомления;
 - оказания первой помощи при травмах и несчастных случаях;
 - уходе за больными.

Ученик получит возможность научиться:

- объяснять влияние электрических и магнитных полей, ионизирующей радиации на организм человека; природной и социальной среды на здоровье человека;
- объяснять последствия вредных привычек;
- давать характеристику факторам здоровья и факторам риска болезни;
- давать характеристику факторам, влияющие на формирование опорно-двигательной, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной систем; на развитие и функционирование нервной системы; внешние воздействия на органы зрения, слуха и равновесия, на кожный покров;
- объяснять воздействию экологических факторов на организм человека;

Система оценки планируемых результатов

Оценивание результатов по экологии учащихся 8 класса будет производиться посредством следующих видов контроля: контрольных работ, лабораторных и практических работ, тестов, беседы по вопросам.

Содержание учебного предмета «Экология человека. Культура здоровья»

Введение (1 ч)

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

I. Окружающая среда и здоровье человека (7 ч)

Экология человека как научное направление, включающее биологическую, социальную и прикладную составляющие. Здоровье. Здоровый 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.

Лабораторная работа. Оценка состояния физического здоровья.

Проектная деятельность.

Народная мудрость гласит... (пословицы, поговорки, приметы о климате, погоде и здоровье).

II. Влияние факторов среды на функционирование систем органов (20 ч)

1. Вредные привычки

Вредные привычки-болезненные, пагубные пристрастия.

2. Опорно-двигательная система (

Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Двигательная активность. Гиподинамия. Основные категории физических упражнений.

Проектная деятельность.

Формирование навыков активного образа жизни.

2. Кровь и кровообращение

Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Иммуитет и здоровье. Изменение клеток иммунной системы. Онкологические заболевания. Аллергия. СПИД.

Условия полноценного развития системы кровообращения. Юношеская гипертония.

Профилактика нарушений деятельности органов кровообращения.

Лабораторные работы.

Определение стрессоустойчивости сердечно – сосудистой системы.

Проектная деятельность.

Здоровье как главная ценность (вакцинация; помощь больным; показатели состояния здоровья).

3. Дыхательная система

Правильное дыхание. Горная болезнь.

Лабораторная работа.

Влияние холода на частоту дыхательных движений.

4. Пищеварительная система

Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты- важный экологический фактор. Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний.

Рациональное питание и культура здоровья. Режим питания. Диета.

Проектная деятельность.

Рациональное питание.

5. Кожа

Воздействие солнечных лучей на кожу . Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции. Закаливание. Средства и способы закаливания.

Проектная деятельность. История возникновения разных способов закаливания у народов мира.

6. Нервная система. Высшая нервная деятельность

Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Утомление, переутомление, стресс. Стрессоустойчивость и типы высшей нервной деятельности. Темпераменты. Биоритмы. Биологические часы. Гигиенический режим сна.

7. Анализаторы

Условия нормального функционирования зрительного анализатора. Внешние воздействия на органы слуха и равновесия.

Лабораторная работа.

Воздействие шума на остроту слуха.

Проектная деятельность.

Бережное отношение к здоровью.

III. Репродуктивное здоровье

Особенности развития юноши и девушки под действием бисоциальных факторов.

Проблемы взросления и культура здоровья. Гендерные роли.

Ответственное поведение как социальный фактор.

Календарно – тематическое планирование.

| №№ | Тема урока | Количество часов | Вид контроля, измерители | Дата проведения | |
|--|---|------------------|--------------------------|-----------------|------|
| | | | | план | факт |
| Введение (2 ч) | | | | | |
| 1 | Место курса «Экология человека. Культура здоровья» в группе дисциплин естественно-научного цикла. Значимость и практическая направленность курса. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| Тема 1. Окружающая среда и здоровье человека (16 ч) | | | | | |
| 2 (1.1.) | Здоровье и образ жизни | 3ч | Беседа по вопросам | | |
| 3 (1.2.) | История развития представлений о здоровом образе жизни | 3ч | Беседа по вопросам | | |
| 4 (1.3.) | Из истории развития взаимоотношений человека с природой | 2ч | Беседа по вопросам | | |

| | | | | | |
|---|--|-----|--------------------|--|--|
| 5 (1.4.) | Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях | 2ч. | Беседа по вопросам | | |
| 6 (1.5.) | Влияние климатических факторов на здоровье | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 7 (1.6.) | Экстремальные факторы окружающей среды | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 8 (1.7.) | «Окружающая среда и здоровье человека» | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| Тема 2. Влияние факторов среды на функционирование систем органов (40 ч) | | | | | |
| 9 (2.1.) | Вредные привычки. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 10 (2.2.) | Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Воздействие двигательной активности на организм человека | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 11 (2.3.) | Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 12 (2.4.) | Иммунитет и здоровье. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 13 (2.5.) | Условия полноценного развития системы кровообращения. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 14 (2.6.) | Профилактика нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 15 (2.7.) | Правильное дыхание. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 16 (2.8.) | Пища. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 17 (2.9.) | Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 18 (2.10.) | Рациональное питание и культура здоровья | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 19 (2.11.) | Воздействие солнечных лучей на кожу | 2ч | Беседа по вопросам | | |

| | | | | | |
|---------------|---|-----|--------------------|--|--|
| 20 (2.12.) | Участие кожи в терморегуляции. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 21 (2.13.) | Средства и способы закаливания. | 2ч. | Беседа по вопросам | | |
| 22 (2.14.) | Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 23 (2.15.) | Условия нормального функционирования зрительного анализатора. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 24 (2.16) | Внешнее воздействие на орган слуха и равновесия. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 25 (2.17.) | Стресс как негативный биосоциальный фактор. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 26 (2.18.) | Типы высшей нервной деятельности. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 27 (2.19.) | Биоритмы и причины их нарушения. Гигиенический режим сна . | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 28 (2.20.) | Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции. | 2ч | Беседа по вопросам | | |

Тема 3. Репродуктивное здоровье. Развитие организма (10 ч)

| | | | | | |
|--------------|--|----|--------------------|--|--|
| 29 (3.1.) | Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 30 (3.2) | Проблемы взросления и культура здоровья. | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 31 (3.3.) | Промежуточная аттестация | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 32 (3.3.) | Гендерные роли | 2ч | Беседа по вопросам | | |
| 33 (3.5.) | Ответственное поведение как социальный фактор | 2ч | Беседа по вопросам | | |

Литература

Учебно-методическое обеспечение

Для учителя

1. Глазачев С. И. Экологическая культура: пробное учеб. пособие / С. Н. Глазачев, О. Н. Козлова. — М., 1997.

2. Е. Н. Дзятковская, А. Н. Захлебный, Л. И. Колесникова, А. Ю. Либеров, Н. М. Мамедов. - программы внеурочной деятельности «Экологическая культура и здоровый образ жизни», 8 класс, М.: Просвещение, 2012 г.
3. *Захлебный А. Н.* Экологическое образование школьников во внеклассной работе / А. Н. Захлебный, И. Т. Суравегина. — М.: Просвещение, 1984.
4. *Литвинова Л. С.* Нравственно-экологическое воспитание учащихся: методика. Основные аспекты, сценарии мероприятий / Л. С. Литвинова, О. Е. Жиренко. — М., 2005.
5. *Реймерс Н. Ф.* Охрана природы и окружающей человека среды: словарь-справочник / Н. Ф. Реймерс. — М.: Просвещение, 1992.
6. *Сизанов А. Н.* Модульный курс профилактики курения: 5—11 кл. / А. Н. Сизанов, В. А. Хриптович. — М.: ВАКО, 2008.
7. *Суравегина И. Т.* Экология и мир: метод, пособие для учителей / И. Т. Суравегина, В. М. Енкевич; под общ. ред. И. Т. Суравегиной. — М.: Новая школа, 1994.

Для учащихся

1. *Дзятковская Е. Н.* Учусь общаться: рабочая тетрадь для 8 кл. / Е. Н. Дзятковская. — М.: Образование и экология, 2009.
2. *Селевко Г. К.* Научи себя учиться / Г. К. Селевко. — М.: Народное образование: НИИ школьных технологий, 2009. - Ч. 4, 9, 10, 17, 19, 20.
3. *Селевко Г. К.* Утверждай себя / Г. К. Селевко. — М.: Народное образование: НИИ школьных технологий, 2006. — Ч. 5-7, 9, 11, 13, 14.
4. *Трешневиков А. Н.* Экологический букварь: для сред, и ст. кл. — М.: ЭКОС-информ, 1995
5. М. З. Федорова, В. С. Кучменко, Т. П. Лукина. Экология человека: Культура здоровья: учебное пособие для учащихся 8 класса общеобразовательных учреждений – М.: Вентана – Граф, 2006. – 144с.
6. И.М.Швец, М.З.Федорова, Т.П.Лукина, В. С. Кучменко. Экологическая составляющая курса биологии в основной школе; Сборник программ. – Вентана – Граф, 2006. – 48с.
7. Экологические афоризмы, пословицы, поговорки: справочное пособие / сост. Н. Ф. Церцек. — М.: Либиря-Бибинформ, 2007.