

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 28 пос. Балковского»

Принято на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2023 г.
протокол № 1

Утверждаю:
директор МКОУ СОШ № 28
пос. Балковского
Н.В. Дудкина
от «30» августа 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
естественно-научной направленности

«Экология и здоровье»

Возраст обучающихся: 11-16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Солодинова Ирина Николаевна,
учитель географии

пос. Балковский, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа кружка дополнительного образования «Экология и здоровье», составлена на основе Программы внеурочной деятельности «Экологическая культура и здоровый образ жизни». Авторы: С.Н. Девятковская, А.Н. Захлебный, и др. изд.М.Просвещение,2012 г.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся – это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих становление экологического сознания, сохранение и укрепление физического, психического и социального здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа рассчитана на обучающихся 6-9 классы.

Данный курс составлен на 35 часов занятие проводится 1 раз в неделю.

Мною внесены изменения в следующие темы: Введение (2 часа); в первом разделе: «Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий»(4 часа); во втором разделе:«Что угрожает нашему здоровью» (4 часа); в третьем разделе: «Здоровый и экологически безопасный образ жизни» (7 часов); в четвёртом разделе «Наш вклад в здоровье окружающей среды и здоровье человека» (7 часов); в пятом разделе «Экологическая культура, как ресурс здоровья» (11 часов).

Цель программы – создание благоприятных условий, обеспечивающих формирование основ экологической грамотности и экологического сознания, возможность сохранения здоровья, формирования мотивации к активному и здоровому образу жизни (ЗОЖ).

Задачи:

- формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;
- формирование установок на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;
- формирование негативного отношения к факторам риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);

Содержание курса:

Введение (2 часа)

1. Знакомство с целями и задачами работы кружка «Экология и здоровье».
2. Здоровый образ жизни как способ сохранения и увеличения ресурсов здоровья.

Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий (4 часа)

1. Культурные традиции, ЗОЖ разных времён и народов.
2. Взаимосвязи культуры здоровья и экологической культуры
3. Культура здоровья местных коренных народов.
4. Отношение к вредным привычкам в традициях, фольклоре и верованиях разных народов.

Что угрожает нашему здоровью (4 часа)

1. Риски для здоровья. Экологические риски.
2. Экологические риски в повседневной жизни.
3. Экологические риски в урбанизированной и сельской среде.
4. Экологический мониторинг.

Здоровый и экологически безопасный образ жизни (7 часов)

1. Загрязнение окружающей среды.
2. Механизмы воздействия загрязнителей на генетическое, биохимическое, физиологическое и психическое здоровье человека.
3. Природные и антропогенные причины загрязнения окружающей среды.
4. Чрезвычайная экологическая ситуация.
5. Экологически безопасное поведение.
6. Способы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных экологических ситуациях.
7. Актуальные направления повышения ресурсов своего здоровья.

Здоровье окружающей среды и здоровье человека (7 часов)

1. Химическое загрязнение среды
2. Биологические загрязнения и болезни человека.
3. Влияние звуков на человека.
4. Физические факторы среды и самочувствие человека.
5. Питание и здоровье человека
6. Адаптация. Акклиматизация.
7. Окружающая среда и здоровье населения Ставропольского края

Экологическая культура как ресурс здоровья (11 часов)

1. Солнце, воздух и вода.....
2. Фитотерапия.
3. Лечебные и рекреационные ресурсы мира.
4. Регион КМВ-рекреационная зона России.
5. Гигиена, экология человека-какая между ними связь?

6. Презентация по результатам освоения курса.
7. Защита исследовательских работ.
8. Экологический десант-«Мы за здоровый образ жизни»
9. Экологические чтения о планете Земля.
10. Изготовление просветительских буклетов, плакатов по вопросам экологии и здоровья.
11. Презентация исследовательских работ.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

ЛИЧНОСТНЫЕ УУД:

- оценивать важность бережного отношения к здоровью человека и к природе;
- понимать важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества;
- вырабатывать в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения, способствующие ненасильственному и равноправному преодолению конфликта;

РЕГУЛЯТИВНЫЕ УУД:

- определять и формулировать цель деятельности, составлять план действий по решению проблемы (задачи);
- использовать информацию в проектной деятельности по формированию ЗОЖ под руководством учителя-консультанта.

КОММУНИКАТИВНЫЕ УУД:

- оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций, в том числе с применением средств ИКТ;
- при необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее. Учиться подтверждать аргументы фактами;
- учиться критично относиться к собственному мнению;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.);
- предвидеть (прогнозировать) последствия коллективных решений.

Тематическое планирование кружка «Экология и здоровье» (35 часов)

№	Дата проведения	Тема	Умения, навыки, формируемые на занятии
1		<u>1. Введение (2 часа)</u> 1. Знакомство с целями и задачами работы кружка «Экология и здоровье»	Называть личные цели изучения проблем экологии
2		2. Здоровый образ жизни как способ сохранения и увеличения ресурсов здоровья.	Раскрывать понятие «здоровье»
3		<u>2. Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий (4 часа)</u> 1. Культурные традиции, ЗОЖ разных времён и народов.	Получать этнографическую информацию разных времён и народов
4		2. Взаимосвязи культуры здоровья и экологической культуры.	
5		3. Культура здоровья местных коренных народов.	
6		4. Отношение к вредным привычкам в традициях, фольклоре и верованиях разных народов.	
7		<u>3. Что угрожает нашему здоровью (4 часа)</u> 1. Риски для здоровья. Экологические риски.	Исследовательские умения
8		2. Экологические риски в повседневной жизни.	
9		3. Экологические риски в урбанизированной и сельской среде.	
10		4. Экологический мониторинг.	
11		<u>4. Здоровый и экологически безопасный образ жизни (7 часов)</u> 1. Загрязнение окружающей среды.	Доказывать природный и антропогенный характер загрязнения окружающей среды.
12		2. Механизмы воздействия загрязнителей на генетическое, биохимическое, физиологическое и психическое здоровье человека.	
13		3. Природные и антропогенные причины загрязнения окружающей среды.	
14		4. Чрезвычайная экологическая ситуация.	

15		5.Экологически безопасное поведение.	
16		6. Способы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных экологических ситуациях.	
17		7.Актуальные направления повышения ресурсов своего здоровья.	
18		<u>5. Здоровье окружающей среды и здоровье человека(7 часов)</u> 1.Химическое загрязнение среды.	Использовать банк идей здорового образа жизни в условиях экологической ситуации
19		2.Биологические загрязнения и болезни человека.	
20		3.Влияние звуков на человека.	
21		4.Физические факторы среды и самочувствие человека.	
22		5.Питание и здоровье человека.	
23		6. Адаптация. Акклиматизация.	
24		7.Окружающая среда и здоровье населения Ставропольского края	
25		<u>5. Экологическая культура как ресурс здоровья (11 часов)</u> 1.Солнце, воздух и вода.....	Выступление с аргументированными суждениями Формы работы по интересам
26		2.Фитотерапия.	
27		3.Лечебные и рекреационные ресурсы мира.	
28		4.Регион КМВ-рекреационная зона России.	
29		5.Гигиена, экология человека-какая между ними связь?	
30		6.Презентация по результатам освоения курса.	
31		7.Защита исследовательских работ.	
32		8.Экологический десант - «Мы за здоровый образ жизни».	
33		9.Экологические чтения о планете Земля.	
34		10.Изготовление просветительских буклетов, плакатов по вопросам экологии и здоровья.	
35		11.Презентация исследовательских работ.	

Литература

1. Захлебный А.Н. и др. Формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни: Примерная программа. - М.: Образование и экология (в редакционной подготовке).
2. Дзятковская Е.Н., Захлебный А.Н. Экологическое образование в условиях реализации ФГОС в вопросах и ответах: Книга для школьного администратора, учителя, психолога. -М.: Образование и экология (в редакционной подготовке).
3. Дзятковская Е.Н., Захлебный А.Н. Интеграция общего и дополнительного образования в области экологии, здоровья и безопасности жизни: Методика реализации программы «Формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни». - М. : Образование и экология (в редакционной подготовке).
4. Дзятковская Е.Н. Экологическое развивающее образование: Учебное пособие с хрестоматией для самообразования педагогов. - М: Образование и экология. 2010. - 140 с.
5. Дзятковская Е.Н. Проектируем содержание внеурочной деятельности по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни: Методическое пособие - М.: Образование и экология. 2012, - 72 с.