

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Валуянская основная общеобразовательная школа»**

Рассмотрено Руководитель методического объединения учителей естественно-научного цикла <u>Зыбарева Т.В.</u> Протокол № <u>5</u> от « <u>10</u> » <u>июня</u> 2018 г.	Согласовано Заместитель директора по УВР МБОУ «Валуянская ООШ» <u>Зыбарева О.В.</u> « <u>29</u> » <u>08</u> 2018 г.	Рассмотрено на педагогическом совете МБОУ «Валуянская ООШ» Протокол № <u>1</u> от « <u>29</u> » <u>08</u> 2018 г.	Утверждаю Директор МБОУ «Валуянская ООШ» <u>Селезнев А. А.</u> приказ № <u>85</u> от « <u>29</u> » <u>08</u> 2018 г.
---	--	--	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Экологическая культура и здоровый образ жизни»**

Уровень: основное общее образование

Разработала: Зыбарева Т. В.

Результаты освоения курса 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;
- 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

Введение (2 часа)

Здоровье. Единство телесного и духовного здоровья человека. Ресурсы здоровья, их виды. Здоровый образ жизни как способ сохранения и увеличения ресурсов здоровья.

Раздел 1. Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий (5 часов)

Культурные традиции здорового образа 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.

Раздел 2. Собираем информацию: что угрожает нашему здоровью? (6 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 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.

Раздел 3. Учимся проектировать здоровый и экологически безопасный образ жизни (9 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 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.

Раздел 4. Наш вклад в здоровье окружающей среды (5 часов)

Проекты, направленные на экологическую безопасность окружающей среды и здоровьесбережения. Прогноз последствий их реализации. Принцип предосторожности. 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.

Раздел 5. Экологическая культура как ресурс здоровья (7 часов)

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. Приоритетность образования и просвещения в решении современных и будущих проблем экологии и здоровья. Просвещение как передача, распространение знаний и культуры. Пропаганда как распространение фактов, аргументов и других сведений для воздействия на общественное мнение. Средства просвещения и пропаганды. Дебаты как интеллектуальная игра, метод ведения спора, при котором стороны представляют определенные точки зрения убедить третью сторону. Художественные образы и метафоры. Язык публицистики. Буклет, плакат, газета, их задачи и способы изготовления.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела и темы	Характеристика основных видов Деятельности обучающихся
Введение (4 часа)		
1-2	Что изучает экология человека. Экологические факторы. Здоровье. Единство телесного и духовного здоровья человека.	<p><i>Называть</i> личные цели изучения проблем экологии и здоровья и пути их решения.</p> <p><i>Формулировать</i> свои познавательные интересы к проблемам экологии и здоровья.</p> <p><i>Раскрывать</i> понятие «здоровье», его биосоциальную природу, единство телесного и духовного здоровья, его связь с биологической, психической адаптацией и социализацией.</p>
3-4	Здоровье и образ жизни. Ресурсы здоровья, их виды. Здоровый образ жизни как способ	<p><i>Давать определение</i> здорового образа жизни как способа сохранения и увеличения ресурсов здоровья.</p>

	сохранения и увеличения ресурсов здоровья	
Раздел 1. Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий (10 часов)		
5-6	История развития представлений о здоровом образе жизни. Культурные традиции здорового образа жизни разных времен и народов.	<i>Характеризовать</i> культуру как способ и результат адаптации и организации жизнедеятельности людей, в единстве ее материальной и духовной составляющих. <i>Получать</i> этнографическую информацию о культурных традициях здоровья разных времен и народов, анализируя данные археологии, этнографии, истории, языкознания, фольклора и материальной культуры народа.
7-8	Культура здоровья местного населения как результат адаптации многих поколений к условиям проживания.	<i>Обосновывать</i> связь культуры здорового образа жизни народа с природными и социальными условиями его жизнедеятельности. <i>Раскрывать</i> понятие «экологическая безопасность». <i>Называть</i> 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.
9-10	Климат и здоровье. Экологический подход как метод проектирования здорового образа жизни с учетом социоприродного окружения.	
11-12	Экстремальные факторы. Экологическая безопасность.	
13-14	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.	

Раздел 2. Собираем информацию: что угрожает нашему здоровью? (12 часов)

15-16	Источники информации об экологических рисках и рисках для здоровья, их надежность. Способы проверки информации на достоверность.	<p><i>Раскрывать</i> понятия «риск», «экологический риск».</p> <p><i>Проводить</i> самообследование ресурсов здоровья.</p> <p><i>Демонстрировать</i> умения оценивать экологические риски в повседневной жизни (экологический мониторинг качества воды, воздуха, почвы, продуктов питания, предметов быта).</p> <p><i>Называть</i> надежные источники информации по вопросам экологии и здоровья.</p>
17-18	Практические способы оценки экологических рисков в повседневной жизни (экологический мониторинг качества воды, воздуха, почвы, продуктов питания, предметов быта). Ресурсы здоровья.	<p><i>Получать</i> информацию об экологических рисках в урбанизированной и сельской среде из письменных и электронных источников, фиксировать ее, проверять на достоверность.</p> <p><i>Приводить и комментировать</i> примеры особенностей общения по вопросам экологии и здоровья, способы защиты от ложной информации.</p> <p><i>Называть</i> службы, организации, учреждения, к которым следует обращаться в опасных ситуациях и формы таких обращений.</p>
19-20	Индивидуальные особенности ресурсов здоровья (резистентность организма, ценностные установки, грамотность в вопросах экологии и здоровья).	<p><i>Приводить примеры</i> социального партнерства по улучшению качества информации по вопросам экологии и здоровья.</p>
21-22	Особенности общения по вопросам экологии и здоровья: опасность предрассудков, спекуляций, манипуляций, криминала, терроризма.	
23-24	Способы защиты от ложной информации. Формы обращения граждан к службам экстренной помощи, организациям,	

	депутатам, ответственным лицам.	
25-26	Формы социального партнерства с общественными организациями, учреждениями здравоохранения по предоставлению населению достоверной информации по вопросам экологии и здоровья.	
Раздел 3. Учимся проектировать здоровый и экологически безопасный образ жизни (18 часов)		
27-28	Понятие "загрязнение окружающей среды". Его виды (химические, физические, биологические, информационные).	<p><i>Раскрывать</i> значение понятий «загрязнение окружающей среды», «чрезвычайная экологическая ситуация».</p> <p><i>Классифицировать</i> загрязнение своей местности, выявленное в результате экологического мониторинга.</p> <p><i>Доказывать</i> природный и антропогенный характер загрязнения окружающей среды в регионе.</p>
29-30	Механизмы воздействия загрязнителей на генетическое, биохимическое, физиологическое и психическое здоровье человека.	<p><i>Объяснять</i> действия загрязнителей на генетическое, биохимическое, физиологическое и психическое здоровье человека.</p> <p><i>Приводить примеры</i> трудности нравственного выбора человека в чрезвычайных ситуациях, давать оценку такому выбору, аргументировать ее в дискуссии.</p> <p><i>Демонстрировать</i> способы оказания первой помощи.</p>
31-32	Природные и антропогенные причины загрязнения окружающей среды. Нормирование качества окружающей среды.	<p><i>Составлять</i> пояснительную записку к проекту.</p> <p><i>Обосновывать</i> выбор стратегии экологически безопасного поведения в повседневной жизни.</p> <p><i>Использовать</i> банк идей здорового образа жизни в условиях местной экологической ситуации, 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.</p>
33-34	Понятие «чрезвычайная экологическая ситуация». Варианты экологически безопасного	<p><i>Называть</i> индивидуальные особенности ресурсов</p>

	поведения.	здоровья, здорового образа жизни в местных экологических условиях.
35-36	Проблемы нравственного выбора в чрезвычайных ситуациях. Способы оказания первой помощи в чрезвычайных экологических ситуациях.	<p><i>Называть</i> актуальные направления повышения ресурсов своего здоровья.</p> <p><i>Формулировать и доказывать</i> свою точку зрения по вопросу сходства и различия правил ЗОЖ для разных людей, проживающих в одной местности.</p>
37-38	Процесс проектирования здорового и экологически безопасного образа жизни, его этапы, возможные трудности.	
39-40	Экосистемная познавательная модель как средство проектирования здорового и экологически безопасного образа жизни путем оптимизации взаимодействия внутренней и внешней среды организма.	
41-42	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.	
43-44	Стратегии экологически безопасного поведения. Учет индивидуальных ресурсов здоровья.	
Раздел 4. Наш вклад в здоровье окружающей среды (10 часов)		
45-46	Проекты, направленные на экологическую безопасность окружающей среды и здоровьесбережение. Прогноз последствий их реализации.	<p><i>Разрабатывать</i> проект, направленный на повышение экологической безопасности и здоровьесберегающих характеристик своего ближайшего окружения.</p> <p><i>Прогнозировать</i> последствия реализации проекта.</p> <p><i>Объяснять</i> смысл принципа предосторожности.</p> <p><i>Приводить примеры</i> учета баланса экологических, экономических, социальных интересов при принятии решения.</p>
47-48	Принцип предосторожности. Баланс экологических, экономических и социальных интересов.	<p><i>Называть</i> критерии оценки проекта: целесообразность, реальность, экономичность, посильность, технологичность, устойчивость результатов.</p> <p><i>Реализовывать</i> проект в реальной жизни с привлечением социальных партнеров. Применять правила работы в команде.</p>
49-50	Целесообразность, реальность, экономичность, экологическая безопасность, посильность, технологичность выполнения проекта, устойчивость его результатов. Исполнение проектов. Критерии социального партнерства.	<p><i>Вносить</i> в проект изменения по ходу его реализации.</p> <p><i>Рефлектировать</i> результаты осуществления проекта.</p>
51-52	Перспективы решения местных проблем экологии и здоровья в будущем.	
53-54	Хартия Земли. Ответственность	

	каждого гражданина за свой выбор и принятие решения.	
Раздел 5. Экологическая культура как ресурс здоровья (14 часов)		
55-56	Ведущий вклад экологической культуры, духовного и социально – психологического здоровья человека в его телесное благополучие, успешную социализацию, возможность рождения здорового ребенка и долголетие.	<p><i>Выступать</i> 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.</p> <p><i>Убеждать</i> собеседника в приоритетности образования и просвещения для решения современных и будущих проблем экологии и здоровья.</p> <p><i>Использовать</i> для аргументации примеры из истории, современности, собственной жизни.</p> <p><i>Называть</i> существенные признаки просвещения, пропаганды и проводить их сравнение.</p>
57-58	Примеры экологически направленной, здоровьесберегающей деятельности, поступков из жизни исторических личностей, известных деятелей современности, кумиров подростков.	<p><i>Перечислять</i> формы и способы просвещения.</p> <p><i>Представлять</i> просветительские идеи на языке публицистики, художественных образов, метафор средствами плаката, буклета или газетной статьи.</p> <p><i>Давать</i> определение дебатов, описывать их возможности в развитии лидерских качеств, умений публичных выступлений.</p> <p><i>Участвовать</i> в организации просветительской акции. Презентовать результаты освоения курса в виде портфолио.</p>
59-60	Приоритетность образования и просвещения в решении современных и будущих проблем экологии и здоровья.	
61-62	Просвещение как передача, распространение знаний и культуры. Пропаганда как распространение фактов, аргументов и других сведений для воздействия на общественное мнение. Средства	

	просвещения и пропаганды.	
63-64	Дебаты как интеллектуальная игра, метод ведения спора, при котором стороны представляют определенные точки зрения убедить третью стороны.	
65-66	Художественные образы и метафоры. Язык публицистики.	
67-68	Буклет, плакат, газета, их задачи и способы изготовления.	
	ИТОГО: 68 час	