


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждения
«Зеленгинская средняя общеобразовательная школа
имени кавалера трёх орденов Славы Н.В.Кашина»

<p>«Рассмотрено» на заседании МО Протокол №__ от 28.08.2018г. Руководитель МО _____/ <u>Досалиев Ж.С.</u></p>	<p>«Согласовано» заместителем директора по УВР _____/ Куаталиева И.В. от 29.08.2018г.</p>	<p>«Утверждаю» приказ директора № __ от 30.08.2018г. <u>А.А. Казиев</u></p> 
---	---	---

Рабочая программа
«Экологическая культура и здоровый образ жизни»
8-9 класс
2018-2019 год

Учитель: Лобова О.Е
учитель химии

Пояснительная записка

Необходимость реализации образовательного курса «Экология и здоровый образ жизни» продиктована многими причинами. Прежде всего – это ухудшение физического и психического здоровья нации. В настоящее время растет число соматических заболеваний. Нервные нагрузки приводят к обострению психических болезней.

Анализ демографической структуры населения России показывает, что дети до 18 лет составляют почти треть населения (на Ямале – 35,8%). 70% учащихся общеобразовательных школ большую часть дня проводят в школе. Именно это время совпадает с чрезвычайно напряженным периодом физиологического роста и развития, морфофункциональных перестроек, когда организм наиболее чувствителен к воздействию как благоприятных, так и неблагоприятных факторов окружающей среды. За последние 10 лет здоровье детей значительно ухудшилось: среди детей младших классов суммарная распространенность функциональных отклонений и хронических заболеваний увеличилась на 92%, а распространенность функциональных отклонений в сочетании с хроническими заболеваниями увеличилась на 76%. Дети последних лет имеют ниже интегральный показатель умственной работоспособности, а число детей, имеющих недостаточный уровень развития школьнообусловленных функций, при поступлении в школу, выросло в 2 раза.

Задачей современной школы является создание активной образовательной среды, в которой будет организована подготовка ученика к самостоятельной жизни, формирование у него культуры здоровья, воспитание потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение необходимыми знаниями и формирование соответствующих навыков.

Данная программа предусматривает получение учениками знаний и навыков, необходимых для создания семейных отношений и воспитания детей, формирование потребности в здоровом образе жизни, навыков гигиены и профилактики заболеваний, ухода за больными, рационального питания и других способов самосовершенствования.

Программа направлена на нивелирование следующих школьных факторов риска: школьные страхи, большие учебные нагрузки и трудности в усвоении школьной программы, интенсификация учебного процесса. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье обучающихся в дальнейшем.

Нормативно-правовой и документальной базой программы по формированию культуры здоровья обучающихся являются:

1. Закон Российской Федерации «Об образовании»;

2. СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 01.01.2011) раздел 2.9.;
3. Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»,
4. Постановление Правительства Российской Федерации от 23.03.2001 №224 «О проведении эксперимента по совершенствованию структуры и содержания общего образования» в части сохранения и укрепления здоровья школьников.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения внеучебного занятия: - учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи; - ориентация на понимание причин успеха во внеучебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи; - способность к самооценке на основе критериев успешности внеучебной деятельности; - чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с природными объектами.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных способностей учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности: - использование справочной и дополнительной литературы; - подбор и группировка материалов по определенной теме; - составление планов различных видов; - составление на основе текста таблицы, схемы, графика; - составление тезисов, конспектирование; - владение цитированием и различными видами комментариев; - использование различных видов наблюдения; - качественное и

количественное описание изучаемого объекта; - проведение эксперимента; - использование разных видов моделирования.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся, который приобретается и закрепляется в процессе освоения программы внеурочной деятельности: - осуществлять поиск необходимой информации для выполнения внеучебных заданий с использованием учебной литературы и в открытом информационном пространстве, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), контролируемом пространстве Интернета; - осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ; - строить сообщения, проекты в устной и письменной форме; - проводить сравнение и классификацию по заданным критериям; - устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений; - строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях.

Содержание курса внеурочной деятельности «Экология и здоровье».

8 класс

Введение (2 час). Здоровье и факторы риска болезни Анкетирование «Отношение к здоровью и к здоровому образу жизни: методика измерения».

Здоровье и наследственность (10 часов). Место человека в системе животных. «Стресс – наследственная реакция адаптации»; «Носители наследственности»; «Наследственные болезни»; «Диагностика и лечение, предупреждение наследственных болезней и самочувствие»; «Поселение как среда жизни. Среда жилого поселения».

Среда жизнедеятельности человека (21 часов) Природная среда – источник инфекционных заболеваний Космос и здоровье «Совы» и «жаворонки», или природа биологических ритмов Поселения как среда жизни. Среда жилого помещения Практические работы: Пищевые отравления. Предупреждение и первая помощь»; Ознакомление и фитонцидными растениями и выявление возможности их использования в интерьере».

Итоговое занятие (1 час)

9 класс

Введение Природная среда теряет свои экологические свойства. Лекции и семинары: «Загрязнение атмосферы и гидросферы»; «Опасность химического отравления. Организм защищается от загрязнений»; «Ионизирующее излучение. Радиация и здоровье»; «Влияние шумов на здоровье»; «Очистка воды из природных источников». Здоровый образ жизни . Лекции: «СПИД – коварная болезнь». Семинары: «Культура питания»; «Алкоголизм – болезнь химической зависимости»; «Табакокурение»; «Наркотики, зависимость и последствия»; «Как сказать наркотикам: «Нет!»». Практические занятия: «Определение обеспеченности организма человека витаминами и микроэлементами»; «Изучение устойчивости витамина С»; Конференция «Всемирный день здоровья». Заключительное занятие. Повторное анкетирование «Отношение к здоровью и к здоровому образу жизни: методика измерения».

Календарно-тематическое планирование 8 класс

№п/п	Тема урока	Тип урока	Элементы содержания или основные понятия урока	Требования к уровню подготовки обучающихся	Практические, лабораторные, экскурсии	Оборудование, наглядность	Дата проведения	
							план	факт
1.	Введение. Предмет и современное понимание науки экологии человека.			Различать научную и паранаучную информацию о влиянии различных факторов на человека и его здоровье				
2.	Типы внутривидовой дифференциации.	Комбинированный	Внутривидовая дифференциация: нации, народности, этносы	Описывать основные типы внутривидовой дифференциации				
3.	Биопсихосоциальная природа человека.	Комбинированный	Биологическая, психологическая, социальная характеристика человека	Знать основные направления изучения человека по Н.Ф.Реймерсу				
4.	Характеристика основных	Комбинированный	Адаптивный потенциал	Описывать основные				

	адаптивных типов человека.		человека	адаптивные типы человека				
5.	Представления об этносах.	Комбинированный	Нации, народности, этносы	Знать основные положения представлений Л.Н.Гумилева об этносах				
6.	Показатель гармоничности взаимоотношений человека и окружающей среды.	Комбинированный	Природные ритмы, слабые и сильные экологические связи					
7.	Резервы здоровья человека.	Комбинированный	Резервы	Описывать основные резервы здоровья человека		Таблица		
8.	Основные абиотические экологические факторы.	Комбинированный	Факторы среды: биотические, абиотические	Описывать влияние экологических факторов на здоровье человека		Таблица		
9.	Климат и здоровье человека.	Комбинированный	Климатические факторы	Описывать влияние экологических факторов на здоровье человека: климатические условия				
10.	Основные химические загрязнители и их влияние на индивидуальное здоровье. Л.р. №1 «Сравнительный анализ проб из	Урок комплексного применения знаний	Загрязнители, физиологические, экологические, санитарно-гигиенические потребности человека	Прогнозировать возможные последствия изменения окружающей среды на бытовом уровне	Л.р. №1 «Сравнительный анализ проб из разных источников водоснабжения»	Лабораторное оборудование		

	разных источников водоснабжения»							
11.	Вода как совокупность физических факторов, влияющих на здоровье человека.	Комбинированный	Вода как экологический фактор	Описывать влияние экологических факторов на здоровье человека: вода				
12.	Неоднородность строения земной коры и ее проявление в медико-экологических явлениях.	Комбинированный	Геохимические характеристики ландшафта	Описывать влияние экологических факторов на здоровье человека: ландшафт		Набор открыток		
13.	Влияние ландшафта на экономическую и экологическую деятельность человека.	Комбинированный	Биологически дискомфортные территории	Описывать влияние экологических факторов на здоровье человека				
14.	Основные воздушные факторы, влияющие на индивидуальное здоровье человека.	Комбинированный		Описывать влияние экологических факторов на здоровье человека: состояние воздушной среды				
15.	Шум и здоровье человека. Сам.раб. по теме «Абиотические факторы и их влияние на человека»		Шум, вибрация	Описывать влияние экологических факторов на здоровье человека: шум		Презентация		
16	Радиация как экологический	Урок комплек-	Радиация	Перечислять случайные и	Л.р. №2 «Измерение	Лабораторное оборудование		

	фактор. Л.р. №2 «Измерение шумового и радиоактивного фона в школе»	сного применения знаний		закономерные влияния экологических факторов на здоровье и работоспособность человека: радиация	шумового и радиоактивного фона в школе»			
17.	Биотические факторы и их влияние на человека. Л.Р. №3 «Приготовление травяного и лекарственного настоя и фиточая»	Урок комплексного применения знаний	Взаимодействие человека и растений, фиточай, настой	Описывать влияние экологических факторов на здоровье человека: биологические факторы	Л.Р. №3 «Приготовление травяного и лекарственного настоя и фиточая»	Лабораторное оборудование		
18.	Растительность и ионизация воздуха. Л.р. №4 «Определение запыленности воздуха с помощью комнатных растений»		Загрязнители, ионизация	Перечислять случайные и закономерные влияния экологических факторов на здоровье и работоспособность человека: значение растений		Лабораторное оборудование		
19.	Роль и воздействие животных на жизнедеятельность человека.	Комбинированный		Перечислять случайные и закономерные влияния экологических факторов на здоровье и работоспособность человека: значение		Презентация		

				животных				
20	Этическое, психофизическое и санитарно-гигиеническое значение животных.	Комбинированный	Взаимодействие животных и человека	Перечислять случайные и закономерные влияния экологических факторов на здоровье и работоспособность человека: значение животных		Таблица		
21.	Человек как среда обитания микроорганизмов.	Комбинированный	Микроорганизмы	Прогнозировать возможные последствия изменения окружающей среды на бытовом уровне		Таблица		
22.	Роль микроорганизмов в жизнедеятельности человека.	Комбинированный	Бактериально-вирусное сообщество с человеком	Перечислять случайные и закономерные влияния экологических факторов на здоровье и работоспособность человека: значение микроорганизмов				
23.	Многообразие отношений между людьми. П.р. №1 игра «Напиши биографию школьного предмета»	Урок комплексного применения знаний	Подражание, общение, конфликты, антипатии, симпатии	Описывать влияние социальных факторов на здоровье человека	П.р. №1 игра «Напиши биографию школьного предмета»	Инструктивные карточки		

24.	Социализация человека. Социальные роли.	Комбинированный	Социальные роли, эгоизм, альтруизм, коллективизм	Описывать влияние социальных факторов на здоровье человека				
25.	Антиобщественные поступки.	Комбинированный		Описывать влияние социальных факторов на здоровье человека				
26.	Вредные привычки.	Комбинированный	Вредные привычки, информационно-побребностная теория поведения человека П.К.Симонова	Проявлять активность в пропаганде здорового образа жизни и отказе от вредных привычек				
27.	Здоровый образ жизни.	Комбинированный		Проявлять активность в пропаганде здорового образа жизни и отказе от вредных привычек		Таблица		
28.	Восприятие и преобразование человеком окружающего мира.	Комбинированный	Познавание окружающего мира	Уметь организовывать и находить компромиссы по вопросам оптимизации собственных отношений со средой				
29.	Материальная и духовная культура человека. Пров.р. по теме		Материальная культура, духовная культура	Объяснять значение и место взаимоотношений человека и				

	«Биотические факторы и их влияние на человека»			природы в материальной и духовной культуре человека				
30.	Нормы реакции. Стресс.	Комбинированный	Стресс-реакции					
31.	Биоритмы. П.Р. №2 «Определение индивидуальных биоритмов»	Урок комплексного применения знаний	Биоритмы, эндогенные часы, гипоталамус, гипофиз		П.Р. №2 «Определение индивидуальных биоритмов»	Инструктивные карточки		
32	Биоритмы. П.Р. №2 «Определение индивидуальных биоритмов»	Урок комплексного применения знаний	Биоритмы, эндогенные часы, гипоталамус, гипофиз			Инструктивные карточки		
33	Биоритмы. П.Р. №2 «Определение индивидуальных биоритмов»	Урок комплексного применения знаний	Биоритмы, эндогенные часы, гипоталамус, гипофиз			Инструктивные карточки		
34	Итоговое занятие	Урок комплексного применения знаний	Биоритмы, эндогенные часы, гипоталамус, гипофиз			Инструктивные карточки		

Календарно-тематическое планирование 9 класс

№	Дата проведения	Тема	Умения, навыки, формируемые на занятии
1.		<p style="text-align: center;">Введение (2 часа)</p> <p>1. Знакомство с целями и задачами работы Клуба «экология и здоровье»</p> <p>2. Здоровый образ жизни как способ сохранения и увеличения ресурсов здоровья.</p>	<p>Называть личные цели изучения проблем экологии</p> <p>Раскрывать понятие «здоровье»</p>
2.		<p style="text-align: center;">Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий(4 часа)</p> <p>1. Культурные традиции, ЗОЖ разных времён и народов.</p>	<p>Получать этнографическую</p>

		<p>2.Взаимосвязи культуры здоровья и экологической культуры</p> <p>3. Культура здоровья местных коренных народов.</p> <p>4. Отношение к вредным привычкам в традициях, фольклоре и верованиях разных народов.</p>	<p>информацию разных времён и народов</p>
<p>3.</p>		<p>Что угрожает нашему здоровью (4 часа)</p> <p>1.Риски для здоровья. Экологические риски.</p> <p>2.Экологические риски в повседневной жизни.</p> <p>3.Экологические риски в урбанизированной и сельской среде.</p>	<p>Исследовательские умения</p>

	4. Экологический мониторинг.	
4.	<p>Здоровый и экологически безопасный образ жизни (7 часов)</p> <p>1. Загрязнение окружающей среды.</p> <p>2. Механизмы воздействия загрязнителей на генетическое, биохимическое, физиологическое и психическое здоровье человека.</p> <p>3. Природные и антропогенные причины загрязнения окружающей среды.</p> <p>4. Чрезвычайная экологическая ситуация.</p> <p>5. Экологически безопасное поведение.</p> <p>6. Способы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных экологических ситуациях.</p>	<p>Доказывать</p> <p>природный и антропогенный характер загрязнения окружающей среды.</p>

	7.Актуальные направления повышения ресурсов своего здоровья.	
5.	<p>Здоровье окружающей среды и здоровье человека(7 часов)</p> <p>1.Химическое загрязнение среды.</p> <p>2.Биологические загрязнения и болезни человека.</p> <p>3.Влияние звуков на человека.</p> <p>4.Физические факторы среды и самочувствие человека.</p> <p>5.Питание и здоровье человека.</p> <p>6. Адаптация. Акклиматизация.</p>	<p>Использовать банк идей здорового образа жизни в условиях экологической ситуации</p>

		7.Окружающая среда и здоровье населения Ставропольского края	
6.		<p>Экологическая культура как ресурс здоровья</p> <p>асов)</p> <p>1.Солнце, воздух и вода.....</p> <p>2.Фитотерапия.</p> <p>3.Лечебные и рекреационные ресурсы мира.</p> <p>4.Регион КМВ-рекреационная зона России.</p> <p>5.Гигиена, экология человека-какая между ними связь?</p> <p>6.Презентация по результатам освоения курса.</p> <p>7.Защита исследовательских работ.</p>	<p>Выступление с аргументированными суждениями</p> <p>Формы работы по интерес</p>

	<p>8.Экологический десант-«Мы за здоровый образ жизни»</p> <p>9.Экологические чтения о планете Земля.</p> <p>10.Изготовление просветительских буклетов, плакатов по вопросам экологии и здоровья.</p> <p>11.Презентация исследовательских работ.</p>	
--	--	--