

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
города Ульяновска «Лицей при УлГТУ № 45»

РАССМОТРЕНО  
на заседании НМС  
протокол № 1  
от 30 августа 2021г.  
Председатель НМС  
\_\_\_\_\_ Л.Х Давлетшина

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по ВР  
\_\_\_\_\_ Д. Х. Чукчукова  
30 августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ  
«Лицей при УлГТУ № 45»  
\_\_\_\_\_ Т. В. Финюкова  
Приказ от 01.09.2021г. № 260

**Рабочая программа  
внеурочной деятельности**

Название: **Экологическая культура и здоровый образ жизни**

Класс 8

Учитель: **Шувалова М. А.**

Количество часов за год по программе: 34

Количество часов за год по учебному плану: 34 (в неделю 1 час)

Всего в рабочей программе – 34 часа

Рабочая программа составлена на основе:

Экологическая культура и здоровый образ жизни. 8 класс/ Е.Н. Дзятковская, А.Н. Захлебный, Л.И. Колесникова и др. – М.: Просвещение, 2016г.  
(Работаем по новым стандартам)

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Экологическая культура и здоровый образ жизни» для учащихся 8 класса составлена на основе следующих нормативных документов:

- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями); Статья 75. Дополнительное образование детей и взрослых.
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» с изменениями и дополнениями от 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г.)
- Письмо Департамента общего образования Минобрнауки России от 12 мая 2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.08.2017 № 09-1672 «О направлении Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»;
- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «Лицей при УлГТУ № 45» (приказ МБОУ «Лицей при УлГТУ № 45» от 01.09.2021г. № 324 «Об утверждении документов»)
- Положение об организации внеурочной деятельности в условиях введения ФГОС (приказ МБОУ «Лицей при УлГТУ № 45» от 30.08.2019г. № 403)
- Учебный план МБОУ «Лицей при УлГТУ № 45» на 2021/2022 учебный год (приказ МБОУ «Лицей при УлГТУ № 45» от 01.09.2021г. № 324 «Об утверждении документов»)
- Приказ МБОУ «Лицей при УлГТУ № 45» «Об организации внеурочной деятельности в 2021/2022 учебном году» от 01.09.2021г. № 260.

Программа: Программа внеурочной деятельности «Экологическая культура и здоровый образ жизни» 8 класс / Е.Н. Дзятковская, А.Н. Захлебный, Л.И. Колесникова и др.- М.: Просвещение, 2016 (Работаем по новым стандартам)

**Цель:** формирование у учащихся представлений о мире, основанного на приобретенных знаниях, умениях, навыках, формирование основ экологической культуры, осознания ими ценности экологически целесообразного здорового образа жизни, формирование представлений о взаимосвязи здоровья человека и условий окружающей среды.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как здоровье человека, экологическая грамотность и экологическая культура. Здоровый и экологически безопасный образ жизни и направлена на воспитание ценностного отношения к здоровью человека и качеству окружающей среды, формирование способности проектировать здоровый образ жизни в разных экологических условиях, мотивацию на самообразование в области экологии и здоровья.

Программа структурирована в виде разделов:

Раздел 1. «Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий»

Раздел 2. «Собираем информацию: что угрожает нашему здоровью?»

Раздел 3. «Учимся проектировать здоровый и экологически безопасный образ жизни»

Раздел 4. «Наш вклад в здоровье окружающей среды»

Раздел 5. «Экологическая культура как ресурс здоровья»

## Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

**Личностные результаты** предусматривают умения:

- приобретение опыта нравственного выбора на основе ценностного отношения к здоровью, экологической безопасности;
- осознание взаимосвязи телесного и духовного здоровья при ведущей роли нравственности, компетентности и культуры человека;
- осознание действий по развитию своей экологической грамотности, отказу от вредных привычек, самоограничение на основе экологических, нравственных и правовых императивов.

**Предметными результатами** являются представления:

1. Представления:

- о культурных традициях заботы о здоровье и качестве окружающей среды у разных народов, традициях здорового образа жизни коренных народов местной территории, экологической культуре как способе и результате адаптации в конкретной социоприродной среде, целостности телесного и духовного здоровья, ответственных организациях и лицах в области экологии и здоровья, стратегиях поведения в условиях опасности для здоровья в чрезвычайных и повседневных экологических ситуациях;
- о видах загрязнения окружающей среды (химическом, физическом, биологическом и информационном), их причинах (природные особенности, нерациональное природопользование, вредные привычки, низкая культура личности), нормировании качества среды, воздействии загрязнения среды на генетическое, биохимическое, физиологическое и психическое здоровье человека;

2. Умения:

- раскрывать содержания понятий: здоровье, ресурсы здоровья, здоровый образ жизни, загрязнитель, экологическая безопасность, экологический риск, чрезвычайная экологическая ситуация;
- приводить аргументы, подтверждающие взаимообусловленность телесного и духовного здоровья и экологической безопасности среды, здорового образа жизни человека и его экологической культуры;
- оценивать ресурсы своего здоровья и намечать пути их увеличения средствами здорового образа жизни, оздоровления окружающей среды, самообразования и самовоспитания;
- называть особенности рациона питания, предметов домашнего обихода, жилища, одежду, способы природопользования, воспитания здорового потомства, отношение к вредным привычкам, отраженное в фольклоре и верованиях местных коренных народов;
- выполнять практические действия по оценке экологических рисков в повседневных ситуациях, вести экологический мониторинг;
- классифицировать загрязнители по их действию на здоровье;
- проектировать образ жизни, учитывающий экологические риски окружающей среды и индивидуальные особенности человека.

## Содержание программы

### **Раздел 1. «Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий»**

Особенности традиций здоровья у разных народов и их причины. Культурные традиции здорового образа жизни разных племен и народов.

Историко-культурный метод реконструкции событий и определение их смысла. Культура здоровья местных коренных народов. Особенности питания, предметов домашнего обихода, способов природопользования, воспитания здорового потомства и отношение к вредным привычкам.

### **Раздел 2. «Собираем информацию: что угрожает нашему здоровью?»**

Исследовательские умения. Риски для здоровья. Экологические риски. Источники информации 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.

Коммуникативные умения. Особенности общения по вопросам экологии и здоровья: опасность предрассудков, спекуляций, манипуляций, терроризма. Примеры и комментарии. Способы защиты от ложной информации. Формы обращения граждан к службам экстренной помощи и проч. Формы социального партнерства с общественными организациями, учреждениями здравоохранения по предоставлению информации по вопросам экологии и здоровья.

### **Раздел 3. «Учимся проектировать здоровый и экологически безопасный образ жизни»**

Действия в опасных экологических ситуациях. Понятие «загрязнение окружающей среды». Его виды. Механизмы воздействия загрязнителей. Природные и антропогенные причины загрязнения. Чрезвычайные экологические ситуации. Способы оказания первой помощи при ЧС. Экосистемная познавательная модель как средство проектирования здорового и экологически безопасного образа жизни путем оптимизации взаимодействия внутренней и внешней среды организма. Стратегии экологически безопасного поведения. Роль экологически чистого питания, ресурсосбережения, экологичного жилища, безопасных технических изобретений, отказа от вредных привычек, свободного доступа к информации.

### **Раздел 4. «Наш вклад в здоровье окружающей среды»**

Проекты, направленные на экологическую безопасность и здоровьесбережение. Правила работы в команде. Критерии социального партнерства. Повестка дня на 21 век. Перспективы решения местных проблем экологии и здоровья в будущем. Решение конференции ООН по устойчивому развитию. Хартия Земли.

### **Раздел 5. «Экологическая культура как ресурс здоровья»**

В завершающем разделе курса учащиеся приходят к выводу о том, что к перечню социальных ресурсов здоровья следует отнести экологическую культуру. Предмет изучения: формы распространения экологических знаний, экологической культуры как социальный ресурс здоровья. Формы проведения просветительской работы: активные и пассивные. Методы: устный, печатный, наглядный, комбинированный. Цель экологического просвещения - превращение информации в знания, убеждения, поступки, воспитание стойких привычек, направленных на обеспечение экологической безопасности, здоровья, качества окружающей среды.

**Формы проведения занятий и виды деятельности:**

- исследовательская работа в библиотеке, музеях, Интернете;
- практическая работа;
- сбор информации;
- проблемный семинар;
- мини – исследования;
- решение проблемных ситуаций;
- проекты-исследования;
- самостоятельная работа;
- работа в парах;
- дискуссионный клуб;
- творческая лаборатория
- ролевые ситуационные игры;
- защита мини-проектов;
- просветительские проекты.

### Календарно-тематическое планирование

№, п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			План	Факт
<b>Раздел 1. «Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий»</b>				
1	Организация занятий.		3.09	
2	Клуб «Экология и здоровье», его задачи		10.09	
3	Глоссарий. Формы работы клуба		17.09	
4	Заседание клуба «Здоровье и его ресурсы». Ключевые понятия. Здоровье. Ресурсы здоровья.		24.09	
5	Клубная гостиная «Этнография о здоровье»		1.10	
6	Культура здоровья местных коренных народов		8.10	
<b>Раздел 2. «Собираем информацию: что угрожает нашему здоровью?»<sup>7</sup></b>				
7	Экологические риски и источники информации.		22.10	
8	Практические способы оценки. Экологический мониторинг качества воды, воздуха, почвы, продуктов питания, предметов быта		29.10	
9	Коммуникативные умения в вопросах экологии и здоровья		5.11	
10	Виды загрязнений окружающей среды		12.11	
11	Ролевая игра, моделирующая ЧС.		19.11	
12	Способы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных экологических ситуациях		3.12	
13	Диспут «Цена выживания»		10.12	
<b>Раздел 3. «Учимся проектировать здоровый и экологически безопасный образ жизни»</b>				
14	Стратегии экологически безопасного поведения		17.12	
15	Клубная гостиная «Банк идей ЗОЖ»		24.12	
16	Роль экологически чистого питания		14.01	
<b>Раздел 4. «Наш вклад в здоровье окружающей среды»</b>				
17	Оздоровление окружающей нас среды		21.01	
18	Умения выращивать экологически чистый урожай		28.01	
19	Индивидуальные ресурсы здоровья Полемика как способ отстаивания своей точки зрения		4.02	
20	Проекты, направленные на экологическую безопасность окружающей среды и здоровьесбережение		11.02	
21			18.02	
<b>Раздел 5. «Экологическая культура как ресурс здоровья»</b>				
22	Баланс экологических, экономических и социальных интересов		4.03	
23	Критерии социального партнерства		11.03	
24	Перспективы решения местных проблем		18.03	

	экологии здоровья в будущем			
25	Хартия Земли		25.03	
26	Личная ответственность каждого гражданина за свой выбор и принятие решения		1.04	
27	Экологическая культура как вклад в человеческое благополучие		8.04	
28				
29	Исторические личности в поступках здоровьесберегающей деятельности		22.04	
30	Приоритетность образования и просвещения в решении современных и будущих проблем экологии и здоровья.		29.04	
31	Прения как форма обсуждения какого либо вопроса		6.05	
32	Пропаганда как распространение фактов, аргументов и других сведений для воздействие на общественное мнение		15.05	
33	Обобщающие занятия по курсу «Экологическая культура и здоровый образ жизни»		20.05	
34			27.05	