

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №1 г. Ипатово
Ипатовского района Ставропольского края



Утверждено
приказ № 552о/д
от 01.09.2023г.
директор МБОУ СОШ №1
г. Ипатово

О.М. Калько

Протокол № К
заседания педагогического
совета от 29.08.2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**
объединения дополнительного образования
«ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА И ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА»
2023- 2024 учебный год
учитель Жихарева Г.А.

Подвид: модульная
Форма обучения: очная
Уровень программы: стартовый(ознакомительный)
Направленность программы: естественно-научная
Место реализации: МБОУ СОШ №1 г.Ипатово
Срок реализации: 9 месяцев
Количество учебных недель:34
Всего академических часов:34
Количество часов в неделю:2
Продолжительность занятий: 80 минут

Пояснительная записка.

1. Основные характеристики образования

Современный уровень развития общества, совершенствование производства, скорость изменения технологической базы ставят перед системой образования задачу формирования творческой личности.

Способность самостоятельно принимать оригинальные решения, определять направления своей деятельности, обеспечивать свою экономическую независимость на основе постоянного повышения образования и квалификации – эти умения в дальнейшем помогут адаптироваться в быстро меняющихся условиях жизни и производства. Трудно представить себе сферу жизни, в которой не была, востребована творческая личность.

Нормативно-правовую основу программы составляют:

Программа «Здоровье и окружающая среда» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897 « Об утверждении федерального образовательного стандарта основного общего образования»).

- Конституция Российской Федерации (ст.43);
- Федеральный закон РФ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г.;
- **Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;**
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- **Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (далее – СанПиН) (в редакции 2020 г.);**
- Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья / СанПиН 2.4.2.3286-15 // Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 № 26;

- **Концепция развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014г. № 1726-р) (далее - Концепция);**
 - **Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г.**
 - Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
 - Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
 - **Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок) (в редакции 2020 г.);**
 - Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Методические рекомендации:
- **Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);**
 - Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей. (Письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016);
 - Примерная программа воспитания. Утверждена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 02.06.2020 г. (<http://form.instrao.ru>);
 - Методические рекомендации по разработке программ воспитания.

Актуальность программы.

Актуальность программы заключается в развитии творческих и коммуникативных способностей обучающихся на основе их собственной творческой деятельности. Такой подход, направленный на социализацию и активизацию собственных знаний, актуален в условиях необходимости осознания себя в качестве личности, способной к самореализации именно в весьма уязвимом подростковом возрасте, что повышает и самооценку воспитанника. Знания, приобретенные на занятиях курса, обеспечат экологическое, эстетическое и интеллектуальное самоусовершенствование в соответствующем мире.

Отличительные особенности программы, новизна.

К отличительным особенностям программы относится создание условий для успешного освоения учащимися практической составляющей школьной биологии и основ исследовательской деятельности.

Новизна заключается в формировании системы научных знаний о системе живой природы и начальных представлений о биологических объектах, процессах, явлениях, закономерностях; приобретении опыта использования методов биологической науки для проведения несложных биологических экспериментов; развитии умений и навыков проектно – исследовательской деятельности; подготовке учащихся к участию в олимпиадном движении; формировании основ экологической грамотности. Вся практическая деятельность основана на использовании оборудования центра «Точка роста». Программа направлена на профориентацию обучающихся.

Методы и формы организации учебно-воспитательного процесса.

Планируемые формы занятий: создание отчета экскурсии в устной и письменной форме; рисование картин по выбранной теме; оформление альбомов с рисунками и гербариями; создание сообщений; мини-исследования; практические работы; экскурсии; познавательные коллективные игры; выставка творческих работ.

Формы обучения и воспитания: индивидуальные, групповые, работа в малых группах (проектная деятельность, создание компьютерных презентаций).

Методы обучения и воспитания: словесные (рассказ, беседа, лекция); наглядные (наблюдение, показ, демонстрация); проблемно-поисковые (исследовательская деятельность, проектная деятельность); практические (акции); игровые.

Цели программы и задачи. Формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать,

нести ответственность за принятые решения; развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья; обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья; сформировать представления о взаимосвязи здоровья человека от состояния окружающей среды.

Задачей является формирование представлений о факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме, полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие; о сути взаимодействия человека и природы.

Адресат программы

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 14 лет.

Объём и срок освоения программы

Объём программы: 35 часов, нормативный срок ее освоения – 9 месяцев. Программа рассчитана на 1 года обучения.

Форма обучения

Очная и дистанционная. Практические и лабораторные работы, экскурсии, эксперименты, наблюдения, коллективные и индивидуальные исследования, самостоятельная работа, консультации, проектная и исследовательская деятельность, в том числе с использованием ИКТ.

Уровень программы

Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Особенности организации образовательного процесса

Периодичность и продолжительность занятий устанавливается в зависимости от возрастных и психофизиологических особенностей, допустимой нагрузки обучающихся с учетом СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41.

Содержание программы 8 класс

1. Введение (1 ч.)

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

2. Окружающая среда и здоровье человека(7 ч.)

Теория. Что изучает экология человека. Экология человека как научное направление, включающее биологическую, социальную и прикладную составляющие. Экологические факторы. Здоровье и образ жизни. Связь природной и социальной среды со здоровьем человека. 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. Вредные привычки и здоровье человека. Видеофильм

Практика. Лабораторная работа № 1: «Оценка состояния физического здоровья». Проектная деятельность. История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно-климатические условия. Климат и здоровье.

3. Влияние факторов среды на функционирование систем органов(21 ч.) Презентации, видеофильмы

Теория. Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Воздействие двигательной активности на организм человека. Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Иммуитет и здоровье. Условия полноценного развития системы кровообращения. Профилактика нарушений деятельности сердечно - сосудистой системы. Правильное дыхание. Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты – важный экологический фактор. Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний. Рациональное питание и культура здоровья. Воздействие солнечных лучей на кожу. Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции. Закаливание. Средства и способы закаливания.

Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Стресс как негативный биосоциальный фактор. Чувствительность к внешним воздействиям и тип высшей нервной деятельности. Биоритмы и причины их

нарушения. Гигиенический режим сна – составляющая здорового образа жизни.

Условия нормального функционирования зрительного анализатора. Внешние воздействия на органы слуха и равновесия. Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции.

Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов. Проблема взросления и культура здоровья. Факторы риска внутриутробного развития. Гендерные роли. Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путем. Ответственное поведение как социальный фактор.

Практика Лабораторные работы:

№ 2 «Оценка подготовки организма к занятиям физической культурой»;

№3 «Оценка состояния противoinфекционного иммунитета. Определение стрессоустойчивости сердечно - сосудистой системы»;

№ 4 «Влияние холода на частоту дыхательных движений»;

№ 5 «Оценка температурного режима помещений. Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей»;

№ 6 «Острота слуха и шум».

Практическая работа № 1: «О чем может рассказать упаковка продукта».

Практическая работа № 2: «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды».

Практическая работа № 3: «Развитие утомления».

Проектная деятельность:

№ 1 «История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно-климатические условия. Климат и здоровье»;

№ 2 «Формирование навыков активного образа жизни»;

№ 3 «Здоровье как главная ценность для человека. Показатели состояния здоровья»;

№ 4 «Рациональное питание человека»;

№ 5 «Закаливание и уход за кожей»;

№ 6 «Бережное отношение к здоровью»;

4. Репродуктивное здоровье (4 ч.)

Теория. Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов. Проблема взросления и культура здоровья.

Факторы риска внутриутробного развития. Гендерные роли. Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путем.

Ответственное поведение как социальный фактор.

5. Заключение (1 ч)

Тематическое планирование 8 класс

№	Тема/раздел	Количество часов
1	Введение	1

2	Окружающая среда и здоровье человека	7
3	Влияние факторов среды на функционирование систем органов	21
4	Репродуктивное здоровье	4
5	Заключение	1
	ИТОГО:	34 часа

№	Тема.
1	Место курса « Здоровье человека и окружающая среда»
2	Что изучает экология человека.
3	Здоровье и образ жизни. Связь природной и социальной среды со здоровьем человека. Образ жизни.
4	История развития представлений о здоровом образе жизни. Из истории развития взаимоотношений человека с природой. Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях.
5	Влияние климатических факторов на здоровье. Экстремальные факторы окружающей среды.
6	Вредные привычки и здоровье человека.
7	Лабораторная работа № 1: «Оценка состояния физического здоровья».
8	История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно-климатические условия. Климат и здоровье.
9	Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Воздействие двигательной активности на организм человека. Лабораторная работа № 2 «Оценка подготовки организма к занятиям физической культурой»
10	Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Иммуитет и здоровье. Лабораторная работа №3 Оценка состояния противоионфекционного иммуитета. Определение стрессоустойчивости сердечнососудистой системы);
11	Условия полноценного развития системы кровообращения. Профилактика нарушений деятельности сердечно-сосудистой системы.
12	Правильное дыхание. Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты – важный экологический фактор. Лабораторная работа №4 «Влияние холода на частоту дыхательных движений». Практическая работа № 1: «О чем может рассказать упаковка продукта».

13	Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний.
14	Рациональное питание и культура здоровья.
15	Воздействие солнечных лучей на кожу. Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции. Лабораторная работа № 5 «Оценка температурного режима помещений. Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей»;
16	Закаливание. Средства и способы закаливания.
17	Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы.
18	Стресс как негативный биосоциальный фактор. Чувствительность к внешним воздействиям и тип высшей нервной деятельности.
19	Биоритмы и причины их нарушения. Гигиенический режим сна – составляющая здорового образа жизни.
20	Условия нормального функционирования зрительного анализатора. Внешние воздействия на органы слуха и равновесия. Лабораторная работа № 6 «Острота слуха и шум».
21	Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции.
22	Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов.
23	Проблема взросления и культура здоровья.
24	Факторы риска внутриутробного развития.
25	Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путем. Ответственное поведение как социальный фактор.
26	Практическая работа № 2: «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды».
27	Практическая работа № 3: «Развитие утомления».
28	Рациональное питание человека.
29	Бережное отношение к здоровью.
30	Ответственное поведение как социальный фактор.
31	Ответственное поведение как социальный фактор.
32	Гендерные роли.
33	Чувствительность к внешним воздействиям и тип высшей нервной деятельности.
34	Чувствительность к внешним воздействиям и тип высшей нервной деятельности.
35	Подведение итогов.

Форма №1 календарного учебного графика(общий).

Год обучения.	Дата начала занятий	Дата окончания занятий.	Количество учебных недель.	Количество учебных дней.	Количество учебных часов.	Режим занятий
1 год обучения	1 сентября 2022года	30 мая 2023года	35	35	35(1 час в неделю)	1 раз в неделю по 40 мин.

Предполагаемые результаты освоения программы.

Личностные результаты: проявление позитивного отношения к действительности; формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей; проявление устойчивого интереса к новым способам познания; проявление готовности к сотрудничеству с другими людьми; формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе; проявление готовности выражать и отстаивать свою позицию; критично относиться к своим поступкам; формирование ответственности за окружающую природу как общечеловеческую ценность; знание основных принципов и правил отношения к живой природе, основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; реализация установок здорового образа жизни; сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение живой природы; интеллектуальных умений (доказывать, строить рассуждения, анализировать, сравнивать, делать выводы и др.); эстетического отношения к живым объектам; формирование ответственного отношения к природе, осознание необходимости защиты окружающей среды.

Метапредметные результаты:

Познавательные УУД-самостоятельно принимать и сохранять творческую задачу; самостоятельно находить варианты решения творческой задачи; объяснять живой мир с точки зрения биологии; использовать методы и приёмы эколого-биологической деятельности в творческом процессе и повседневной жизни; создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта; осознание роли жизни; использовать биолого-экологические знания в быту; овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям, классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи; умение работать с разными источниками биологической информации: находить биологическую информацию в

различных источниках (тексте учебника, научно-популярной литературе, биологических словарях и справочниках), анализировать и оценивать информацию, преобразовывать информацию из одной формы в другую;

Регулятивные УУД: самостоятельно обнаруживать биологическую проблему, определять цель творческой деятельности; способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих; умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию. выдвигать версии решения творческой проблемы, осознавать конечный результат; составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта); работать по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно; различать способ и результат действия; самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в незнакомом материале; преобразовывать практическую задачу в познавательную; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме; в диалоге с учителем вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности своей работы и работы других в соответствии с этими критериями.

Коммуникативные УУД: адекватно воспринимать оценку учителя; формулировать собственное мнение и позицию; вносить коррективы в действия на основе их оценки и учёта сделанных ошибок; самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.); задавать вопросы; работать в малых группах; взаимодействовать со сверстниками; осуществлять взаимный контроль и оказывать партнёрам в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Предметные результаты. Обучающийся научится: оценивать состояние своего здоровья (в том числе последствия применения диоксинов, пестицидов, нитратов, употребления пищевых добавок, газированных напитков); устанавливать связь между биосоциальными факторами среды и своим здоровьем; соблюдать гигиенические правила для ведения здорового образа жизни; проводить наблюдения и самонаблюдения; основам экологической культуры человека; искать пути решения экологических проблем, связанных с деятельностью человека; учитывать влияние факторов среды на генофонд человека; понимать значение рационального питания для здоровья человека и роль биоритмов, оказывающих влияние на его жизнедеятельность; способам избавления от бытовых отходов.

Адресат программы:

программа рассчитана на обучающихся в возрасте от 11 до 13 лет.

Объём и срок освоения программы.

Объем программы: 35 часов, нормативный срок ее освоения – 9 месяцев.

Программа рассчитана на 1 года обучения.

Форма обучения

Очная и дистанционная. Практические и лабораторные работы, экскурсии, эксперименты, наблюдения, коллективные и индивидуальные исследования, самостоятельная работа, консультации, проектная и исследовательская деятельность, в том числе с использованием ИКТ.

Уровень программы-базовый.

Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.