

**Ростовская область, Песчанокопский район, село Летник  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное Учреждение  
Летницкая средняя общеобразовательная школа №16  
имени Героя Социалистического труда Нины Васильевны Перверзевой**

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Директор МБОУ ЛСОШ № 16  
им. Н.В. Перверзевой  
Приказ от 30.08.2023 №274  
\_\_\_\_\_ /И.Н. Хребтова

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
дополнительного образования  
«Экологическая культура и здоровье человека»**

**с.Летник 2023 г**

## **Пояснительная записка.**

Программа дополнительного «Экологическая культура и здоровье человека» является программой **естественно - научной направленности.**

Программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального Закона Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» глава 10;  
Федерального закона от 31.07.2020 N 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся»
- «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (утв. Приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 с изменениями от 30.09.2020 г.)
- «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы)» (утв. Письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242)
- рабочей программы воспитания МБОУ ЛСОШ №16 им. Н.В. Переверзевой; положения о рабочей программе; учебного плана и годового календарного графика МБОУ ЛСОШ №16 им. Н.В. Переверзевой;
- Методическое пособие «Реализация образовательных программ естественно-научной и технологической направленностей по биологии с использованием оборудования центра «Точка роста» - Москва 2021 -194с.

Образование и воспитание школьников в области окружающей среды, а также сохранение здоровья и здорового образа жизни является в настоящее время одним из приоритетных направлений работы с молодёжью. Чем раньше начинается формирование экологической культуры, здорового образа жизни у детей, чем целесообразнее организовать этот процесс, тем выше эффективность воспитания. Научная организация процесса экологического воспитания требует чёткого определения всех его звеньев, выявления связей и зависимостей. Человек высшее творение природы. Но для того чтобы сполна насладиться её сокровищами он должен знать природу уметь приспособиться к ней, не навредить себе и природе и самое главное должен отвечать по крайней мере одному требованию быть здоровым. Возможно, поэтому большая часть ответственности за спасение здоровья ребят берет на себя школа, которая ещё со времён Аристотеля призвана обучать и воспитывать жить в гармонии с природой, а значит и предостерегать ребёнка от тех возможных проблем, с которыми ему предстоит столкнуться во взрослой самостоятельной жизни.

Программа кружка рассчитана на учащихся талантливых и любознательных, интересующихся биологией, экологией, химией, географией. Срок реализации программы -1год. Набор учащихся в кружок от 12 до 17 лет  
Оптимальное количество детей в группе 15- 16 человек.

Виды деятельности: научно- исследовательская, проектная, ролевая игра, проблемно-ценностное и досуговое общение, социально-творческая и общественно полезная практика.

Формы организации: дискуссия, полемика, прения, диспут, дебаты, форум, встреча с интересными людьми, тематический вечер, исследовательские работы естественнонаучной направленности, просветительские акции.

Приоритетные направления программы:

- проведение праздников, встреч с интересными людьми.
- проведение экскурсий;
- освещение деятельности работы кружка через школьный САЙТ и социальные сети

Цель: Формирование индивидуального и коллективного опыта проектирования здорового и экологически безопасного образа жизни в жизненных ситуациях школы и дома.

Задачи:

- 1) развитие общения как ведущей деятельности, познавательных и интеллектуальных способностей учащихся, умений самостоятельно приобретать знания;
- 2) развитие разнонаправленных интересов учащихся в гуманитарной, естественнонаучной, технической, прикладной сферах деятельности;
- 3) формирование исследовательских умений и практических действий в реальных жизненных ситуациях;
- 4) воспитание гражданской ответственности, лидерских качеств, трудолюбия, аккуратности.

Реализация программы кружка обеспечивает достижение учащимися следующих результатов:

**Личностные результаты:**

- 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.

**Метапредметные результаты:**

- применения экосистемной познавательной модели и историко-культурного подхода для изучения здоровья человека и культурных традиций его сохранения;
- нравственного выбора и принятия обоснованного решения о стратегии действий в условиях экологического риска, рефлексии и оценки последствий таковых действий;
- участия в прениях, дискуссии, полемике, диспуте, дебатах, общения на переговорной площадке, вечере встреч, форуме.
- находить, обрабатывать, проверять тематическую информацию, фиксировать и использовать ее;
- разрабатывать проект в соответствии с требованиями, принимать обоснованное решение о возможности его реализации в жизни, вносить поправки по ходу исполнения, публично оценивать результаты;
- работать в команде, осознанно следовать принципам социального партнерства; формулировать мысль, представлять ее публично, аргументировать, убеждать и вести просветительскую работу;
- составлять портфолио, отражать в нем работу по повышению грамотности своей и окружения по вопросам экологии и здоровья.

**Предметные результаты:**

- 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;

- 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, жилище, 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.

***К концу учебного года дети должны знать:***

- культурные традиции заботы о здоровье и качестве окружающей среды у разных народов, традиции здорового образа жизни коренных народов местной территории, экологическую культуру как способ и результат адаптации в конкретной социоприродной среде, целостность телесного и духовного здоровья, ответственные организации и лица в области экологии и здоровья, стратегии поведения в условиях опасности для здоровья в чрезвычайных и повседневных экологических ситуациях;
- виды загрязнения окружающей среды (химические, физические, биологические и информационные), их причины (природные особенности, нерациональное природопользование, вредные привычки, низкая культура личности), нормирование качества среды, воздействия загрязнения среды на генетическое, биохимическое, физиологическое и психическое здоровье человека;

Уметь:

- находить, обрабатывать, проверять тематическую информацию, фиксировать и использовать ее;
- разрабатывать проект в соответствии с требованиями, принимать обоснованное решение о возможности его реализации в жизни, вносить поправки по ходу исполнения, публично оценивать результаты;
- работать в команде, осознанно следовать принципам социального партнерства; формулировать мысль, представлять ее публично, аргументировать, убеждать и вести просветительскую работу;
- составлять портфолио, отражать в нем работу по повышению грамотности своей и окружения по вопросам экологии и здоровья.

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, жилище, 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 тем кружка.**

### Введение

Кружок по интересам как форма общения и совместной деятельности. Кружок «Экологическая культура и здоровье человека», его задачи. Программа работы кружка. Форма работы: тематические заседания, форумы, дискуссии, диспуты, полемика, дебаты, просмотры кинофильмов и их обсуждение; практические и лабораторные работы; работа в Интернете, библиотеке, тематический месячник. Критерии оценки деятельности членов кружка. Портфолио. Здоровье. Ресурсы здоровья. Здоровье как медицинская и социокультурная проблема. Виды ресурсов здоровья. Здоровый образ жизни как способ сохранения и увеличения ресурсов здоровья.

### 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 прочие 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 здоровье сбережение. Правила работы в команде. Критерии социального партнерства. Повестка дня на 21 век. Перспективы решения местных проблем экологии и здоровья в будущем. Хартия Земли.

## Раздел 5. Экологическая культура как ресурс здоровья

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.

### Тематическое планирование

	№ п/п. Тема	Количество часов на изучение	Теоретические	Практические
1	Введение. Организация занятий кружка.	5	5	
2	Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий	6	6	
3	Что угрожает нашему здоровью?	9	6	3
4	Здоровый и экологически безопасный образ жизни	18	15	3
5	Здоровье окружающей среды и здоровье человека	17	13	4
6	Экологическая культура как ресурс здоровья	19	16	3
Итого		74	61	13

**Календарно-тематическое планирование программы дополнительного образования**

**«Экологическая культура и здоровье человека» 2 часа в неделю (74 ч )**

№	Дата проведения	Тема	Умения, навыки, формируемые на занятии
1	05.09  12.09  12.09-19.09	<p align="center"><b><u>Введение (5 часов)</u></b></p> <p><b>1-2.</b> Знакомство с целями и задачами работы кружка</p> <p><b>3.</b> Ресурсы здоровья</p> <p><b>4-5.</b> Здоровый образ жизни как способ сохранения и увеличения ресурсов здоровья.</p>	<p>Называть личные цели</p> <p>изучения проблем экологии</p> <p>Раскрывать понятие «здоровье»</p>
2	19.09 26.09  26.09-03.10  03.10  10.10	<p align="center"><b><u>Культурные традиции здоровья разных эпох, народов, территорий (6 часов)</u></b></p> <p><b>6-7.</b> Культурные традиции, ЗОЖ разных времён и народов.</p> <p><b>8-9.</b> Взаимосвязи культуры здоровья и экологической культуры</p> <p><b>10.</b> Культура здоровья местных коренных народов.</p> <p><b>11.</b> Отношение к вредным привычкам в традициях, фольклоре и верованиях разных народов.</p>	<p>Получать этнографическую информацию разных времён и народов</p>

3		<p><b><u>Что угрожает нашему здоровью (9 часов)</u></b></p> <p>10.10 <b>12.</b> Риски для здоровья. Экологические риски.</p> <p>17.10 <b>13-14.</b> Экологические риски в повседневной жизни.</p> <p>24.10 <b>15-16.</b> Экологические риски в урбанизированной и сельской среде.</p> <p>31.10 <b>17.</b> Экологический мониторинг.</p> <p>31.10 <b>18.</b> Лабораторная работа «Анализ проб воды местных водоемов»</p> <p>07.11 <b>19.</b> Лабораторная работа «Анализ проб водопроводной воды»</p> <p>07.11 <b>20.</b> Лабораторная работа «Мониторинг содержания кислорода в атмосферном воздухе»</p>	Исследовательские умения
4		<p><b><u>Здоровый и экологически безопасный образ жизни (18 часов)</u></b></p> <p>14.11 <b>21-22.</b> Загрязнение окружающей среды.</p> <p>21.11 <b>23.</b> Лабораторная работа «Мониторинг загрязнения почв хлорид-ионами»</p> <p>21.11-28.11 <b>24-25.</b> Механизмы воздействия загрязнителей на генетическое, биохимическое здоровье человека.</p>	Доказывать природный и антропогенный характер загрязнения окружающей среды.

	28.11-05.12	<b>26-27.</b> Механизмы воздействия загрязнителей на физиологическое и психическое здоровье человека.	
	05.12-12.12	<b>28-29.</b> Природные и антропогенные причины загрязнения окружающей среды.	
	12.12	<b>30.</b> Лабораторная работа «Анализ загрязненности проб почвы солями тяжелых металлов»	
	19.12	<b>31.</b> Лабораторная работа «Мониторинг содержания окиси углерода в атмосферном воздухе»	
	19.12	<b>32.</b> Чрезвычайная экологическая ситуация.	
	26.12	<b>33-34.</b> Экологически безопасное поведение.	
	09.01	<b>35-36.</b> Способы оказания первой медицинской помощи в чрезвычайных экологических ситуациях.	
	16.01	<b>37-38.</b> Актуальные направления повышения ресурсов своего здоровья.	
5		<b><u>Здоровье окружающей среды и здоровье человека (17 часов)</u></b>	
	23.01	<b>39-40.</b> Химическое загрязнение среды.	Использовать банк идей здорового образа жизни в условиях экологической ситуации
	30.01	<b>41-42.</b> Биологические загрязнения и болезни человека.	
	06.02	<b>43.</b> Влияние звуков на человека.	
	06.02	<b>44.</b> Лабораторная работа «Мониторинг уровня шума на исследуемой территории с помощью мультидатчика»	

	<p>13.02</p> <p>20.02</p> <p>27.02</p> <p>27.02</p> <p>05.03</p> <p>05.03-12.03</p> <p>12.03-19.03</p>	<p><b>45-46.</b> Физические факторы среды и самочувствие человека.</p> <p><b>47-48.</b> Питание и здоровье человека.</p> <p><b>49.</b>Лабораторная работа «Определение витамина С во фруктах и овощах»</p> <p><b>50.</b>Лабораторная работа «Определение наличия нитрат-ионов в овощах»</p> <p><b>51.</b>Лабораторная работа «Составление меню здорового питания школьника»</p> <p><b>52-53.</b> Адаптация. Акклиматизация.</p> <p><b>54-55.</b> Окружающая среда и здоровье населения Ростовской области и населения с.Летник</p>	
6	<p>19.03</p> <p>26.03</p> <p>02.04</p> <p>09.04</p> <p>09-04-16.04</p>	<p><b><u>Экологическая культура как ресурс здоровья</u></b></p> <p><b><u>19 часов)</u></b></p> <p><b>56.</b>Солнце, воздух и вода.....</p> <p><b>57-58.</b> Фитотерапия.</p> <p><b>59-60.</b> Лечебные и рекреационные ресурсы мира.</p> <p><b>61.</b> Лечебные и рекреационные ресурсы Ростовской области.</p> <p><b>62-63.</b> Гигиена, экология человека-какая между ними связь?</p>	<p>Выступление с аргументированными суждениями</p> <p>Формы работы по интересам</p>

16.04	<b>64.</b> Презентация по результатам освоения курса.
23.04	<b>65-66.</b> Защита исследовательских работ.
07.05	<b>67-68.</b> Экологический десант-«Мы за здоровый образ жизни»
14.05	<b>69.</b> Экологические чтения о планете Земля.
14.05-21.05	<b>70-71.</b> Изготовление просветительских буклетов, плакатов по вопросам экологии и здоровья.
21.05-28.05	<b>72-74.</b> Презентация исследовательских работ.

Методическое обеспечение программы:

Алексеев С.В. Экологический практикум школьника: учебное пособие/ С.В. Алексеев, Н.В. Груздева, Э.В. Гущина. - М., 2005

Воронков Н.А. Экология общая, социальная, прикладная/ Н.А. Воронков. - М., 1999.

Глазачев С.Н. Экологическая культура: пробное учеб. пособие/ С.Н. Глазачев, О.Н. Козлова. - М., 1997

Дзятковская Е.Н. Экологическое развивающее образование: учеб. пособие для постдипломного образования/ Е.Н. Дзятковская. - М.: Образование и экология, 2010

Дзятковская Е.Н. Программы внеурочной деятельности. Экологическая культура и здоровый образ жизни. 8 класс. \ Е.Н. Дзятковская, А.Н. Захлебный и др. - М.: Просвещение, 2012.

Зверев А.Т. Экология: учеб. пособие для 7-9 кл./ А.Т. Зверев. - М., 1998.

Кавтарадзе Д.Н. Экологические игры/ Д.Н. Кавтарадзе. - М., 1998.

Криксунов Е.А. Экология: 9 кл./ Е.А. Криксунов, В.В. Пасечник, А.П. Сидорин. - М.: Дрофа, 2015.

Пасечник В.В. Экология: 9 кл./ В.В. Пасечник. - М.: Дрофа, 1995

Школьный экологический мониторинг/ под ред. Т.Я. Ашимшиной. - М., 2000

## **Интернет – ресурсы по программе**

<http://www.aseko.org/>. Экологическое образование. Образование для устойчивого развития

Сайт поддерживается ассоциацией "Экологическое образование" и содержит новости экологического образования в странах СНГ и Балтии. В разделе Теория опубликованы статьи "Гуманистическая модель экологического образования", "Формула экологического образования" и "Экологическая этика"

<http://www.ecoline.ru/books/>. Электронная экологическая библиотека В библиотеке имеются два раздела: непериодические издания (книги) и периодические электронные издания. Здесь вы сможете найти их аннотированный список, ознакомиться с текстом в режиме on-line, посмотреть подробное описание книг, скачать их архив, оформить подписку на электронное издание.

<http://www.education.spb.ru/gtp/gtp.htm>. -Проект "Глобальное Мышление" – это образовательный проект в области окружающей среды, объединяющий студентов и преподавателей со всего мира. Участие студентов сосредоточено вокруг таких проектов в области окружающей среды, как "Зеленый класс", "Чистый воздух", "Изучаем воду", "Почва" и "Месяц Земли".

<http://fadr.msu.ru/ecocoop/>. -Детский телекоммуникационный проект "Экологическое содружество" "Экологическое содружество" – российский детский телекоммуникационный проект. В рамках проекта координируются экологические исследования школьников, результаты которых публикуются на сайте и обсуждаются в телеконференции.

<http://bella-terra.hotbox.ru>. -Образовательный проект улучшения экологической обстановки. Поддерживается командой молодых учителей.

<http://express.irk.ru/sc/ecology/azbuka/index.htm>. -Экологическая азбука По материалам "Экологической азбуки для детей и подростков". – Издательство МНЭПУ, 1997 г. На сайте также можно найти практические советы по экологической безопасности: как получить экологически чистую пищу, экологическая безопасность дома и во дворе, мониторинг без приборов, простые советы любителям дикой природы.

<http://zelenyshluz.narod.ru/>. - "Зеленый шлюз" – это путеводитель по экологическим ресурсам сети Интернет. Назначение сайта – помощь пользователям сети в поиске информации о состоянии и загрязнении окружающей среды, о влиянии состояния среды на здоровье, о путях решения экологических проблем, а также о других вопросах экологии.

<http://www.refer.ru/9838> - Экология и окружающая среда Каталог и путеводитель по экологическим ресурсам.

<http://www.greenpeace.ru/gpeace/>. Гринпис России Сайт российского отделения независимой международной организации GREENPEACE, защищающей природу мирными средствами

<http://ecology.in-fo.ru/> -Сайт содержит обзор экологических материалов, представленных по разделам: экологическая доктрина Российской Федерации, законодательство, экология и экологические проблемы, жизнь заповедная, национальные парки и заповедники.

<http://referat.sumy.ua/ecology/ecology.html>. Рефераты по экологии Представлены рефераты по экологии .