


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Богословская основная общеобразовательная школа»  
Губкинского района Белгородской области

<p><b>«Рассмотрено»</b> На педагогическом совете Протокол № 1 « 30 » 08. 2023 г.</p>	<p><b>«Согласовано»</b> Заместитель директора школы МБОУ «Богословская ООШ»  « 30 » 08. 2023 г.</p>	<p><b>«Утверждаю»</b> Директор МБОУ «Богословская ООШ» <i>Найдено Г.К.</i> Найдено Г.К. Приказ № 103 от « 31 » 08 2023 г.</p> 
--	---	---

**Рабочая программа**  
внеурочной деятельности  
по экологии  
8 класс  
«Экология человека. Культура здоровья»

Учитель: Калкутина С.Н.

2023 год

## Пояснительная записка.

Данная рабочая программа «Экология человека» для 8 класса соответствует требованиям федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и разработана на основе:

• программы внеурочной деятельности «Экологическая культура и здоровый образ жизни», 8 класс, авторы Е. Н. Дзятковская, А. Н. Захлебный, Л. И. Колесникова, А. Ю. Либеров, Н. М. Мамедов. - М.: Просвещение, 2012 г. (Работаем по новым стандартам).

На преподавание факультативного курса «Экологии человека» в 8 классе выделено 34 часа, 1 час в неделю.

### **Планируемые результаты освоения обучающимися программы 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**

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

#### **I. Окружающая среда и здоровье человека (8 ч)**

Экология человека как научное направление, включающее биологическую, социальную и прикладную составляющие. Классификация экологических факторов: абиотические, биотические, антропогенные.

Человек как биосоциальное существо. Связь природной и социальной среды со здоровьем (физическим, психическим, социальным). Образ жизни. Здоровье. Здоровый образ жизни. История развития представлений о здоровом образе жизни. Этапы развития взаимоотношений человека с природой.

Характеристика основных адаптивных типов человека. Расы человека: негроидная, европеоидная, монголоидная. Этнография.

Климат и здоровье. Биометеорология. Экстремальные факторы: перегрузки, невесомость, электрические и магнитные поля, ионизирующая радиация.

Вредные привычки, пагубные пристрастия: табакокурение, употребление алкоголя и наркотических веществ.

**Лабораторная работа.** Оценка состояния здоровья.

#### **Проектная деятельность.**

История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно-климатические условия. Климат и здоровье.

#### **II. Влияние факторов среды на функционирование систем органов (18 ч)**

##### **1. Опорно-двигательная система (2 ч)**

Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Двигательная активность. Гиподинамия. Основные категории физических упражнений.

**Лабораторная работа.** Оценка состояния физического здоровья

#### **Проектная деятельность.**

Формирование навыков активного образа жизни.

##### **2. Кровь и кровообращение (2ч)**

Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Гипоксия. Анемия. Изменение клеток иммунной системы. Онкологические заболевания. Аллергия. СПИД. Условия полноценного развития системы кровообращения. Юношеская гипертония.

Профилактика нарушений деятельности органов кровообращения.

#### **Лабораторные работы.**

Оценка состояния противои инфекционного иммунитета.

Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку.

#### **Проектная деятельность.**

Здоровье как главная ценность (вакцинация; помощь больным; показатели состояния здоровья).

### **3. Дыхательная система (1ч)**

Правильное дыхание. Горная болезнь.

#### **Лабораторная работа.**

Влияние холода на частоту дыхательных движений.

### **4. Пищеварительная система (4ч)**

Состав и значение основных компонентов пищи. Гиповитаминозы. Питьевой режим.

Вредные примеси пищи, их воздействие на организм.

Рациональное питание. Режим питания. Диета.

#### **Практическая работа.**

О чем может рассказать упаковка продукта.

#### **Проектная деятельность.**

Рациональное питание.

### **5. Кожа (2ч)**

Воздействие на кожу солнечных лучей. Солнечное голодание. Правила пребывания на солнце. Закаливание. Роль кожи в терморегуляции.

**Проектная деятельность.** Закаливание и уход за кожей.

### **6. Нервная система. Высшая нервная деятельность (6 ч)**

Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Утомление, переутомление, стресс. Стрессоустойчивость и типы высшей нервной деятельности.

Темпераменты. Биоритмы. Биологические часы. Гигиенический режим сна.

#### **Практическая работа.**

Развитие утомления.

### **7. Анализаторы (1ч)**

Профилактика нарушений функционирования зрительного анализатора, органов слуха и равновесия.

#### **Лабораторная работа.**

Воздействие шума на остроту слуха.

#### **Проектная деятельность.**

Бережное отношение к здоровью.

## **III. Репродуктивное здоровье (6 ч)**

### **Половая система. Развитие организма (6ч)**

Половые железы. Вторичные половые признаки. Период полового созревания. Половая жизнь.

Беременность. Факторы риска, влияющие на внутриутробное развитие.

Заболевания, передающиеся половым путем. Значение ответственного поведения.

### **Заключение (1 ч)**

Подведение итогов по курсу «Экология человека. Культура здоровья». Здоровье как одна из главных ценностей. Влияние биологических и социальных факторов на организм человека.

**Тематическое планирование по внеурочной деятельности «Юный эколог»  
в 8 классе**

№ п/п	Тема	Количество часов		Примечание
		автор	Факт	
<b>1.</b>	<b>Введение</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
	<b>1. Окружающая среда и здоровье человека</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	
2.	Экология человека. Классификация экологических факторов.	1	1	
3.	Человек как биосоциальное существо. Образ жизни. Здоровье.	1	1	
4.	История развития представлений о здоровом образе жизни.	1	1	
5.	Характеристика основных адаптивных типов человека. Расы человека. Этнография.	1	1	
6.	Климат и здоровье. Биометеорология.	1	1	
7.	Экстремальные факторы: перегрузки, невесомость, электрические и магнитные поля, ионизирующая радиация.	1	1	
8.	Вредные привычки, пагубные пристрастия: табакокурение, употребление алкоголя и наркотических веществ.	1	1	
9.	Оценка состояния здоровья.	1	1	
	<b>1. Влияние факторов среды на функционирование систем органов</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	
10.	Опорно-двигательная система	2	2	
11.	Кровь и кровообращение	2	2	
13.	Дыхательная система	1	1	
14.	Пищеварительная система	4	4	
15.	Кожа	2	2	
16.	Нервная система. Высшая нервная деятельность	6	6	
17.	Анализаторы	1	1	
	<b>1. Репродуктивное здоровье</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	
18.	Половая система. Развитие организма	8	6	
19.	Заключение	1	1	
<b>Всего:</b>		<b>36</b>	<b>34</b>	

;