



КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОВОКУЗНЕЦКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №79"
654059, Россия, Кемеровская область, г. Новокузнецк, ул. 40 лет ВЛКСМ, 112
т/ф. 54-96-09
e-mail: school79nvk@mail.ru, www.school79nvk.moy.su

УТВЕРЖДАЮ:

С.Ю. Лебедева
директор МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №79»
«18» августа 2018г.



Программа рекомендована к работе
педагогическим советом

Протокол №1 от
«18» августа 2018г.

Программа обсуждена на МО
учителей естественнонаучного цикла

Протокол №1 от
«24» августа 2018г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по общеинтеллектуальному направлению

«ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»

8 класс

Составитель программы: Назарова Н.А.

Новокузнецкий городской округ
2018/2019 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

- 1) РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ;
- 2) СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ;
- 3) ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Рабочая программа внеурочной деятельности по общеинтеллектуальному направлению для 8 класса «Экология человека» составлена на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, с учетом примерной основной образовательной программы основного общего образования.

I. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Личностные результаты:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- 12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

II. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ЕЕ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

8 класс

Вводное занятие (2 ч)

Цели и задачи курса. Среда обитания человека. Природная среда. Социальная среда. Условия сохранения и укрепления здоровья человека. Продолжительность жизни, возможность увеличения продолжительности жизни человека.

Виды деятельности: познавательная.

Беседа. Определение личных целей изучения проблем экологии и здоровья и путей их решения.

Тема 1. «Выбираем здоровье» (4 ч)

Понятие «Здоровье». Виды здоровья. Критерии здорового образа жизни. Соотношение здоровья и здорового образа жизни. Показатели здоровья. Факторы окружающей среды и здоровье.

Виды деятельности: познавательная, практическая, проблемно-ценностное общение..

Беседа с элементами дискуссии. Раскрытие понятия «здоровье», его биосоциальной природы, единства телесного и духовного здоровья. Определение здорового образа жизни как способа

сохранения и увеличения ресурсов здоровья. Практикум «Оценка состояния здоровья учащихся: антропометрические показатели, морфофункциональные показатели».

Тема 2. «Формирование модели правильного пищевого поведения» (14 ч)

Пища, её роль для функционирования организма, химический состав пищевых продуктов. Нутриенты и рациональное питание. Значение кулинарной обработки пищи. Проблемы правильного питания. Рациональное питание. Гигиенические основы правильного питания. Доброкачественное и полноценное питание. Основные продукты питания. Калорийность питания.

Витамины: классификация, роль в обмене веществ, рациональное использование витаминов. Гиповитаминоз, авитаминоз, гипервитаминоз. Особенности поступления витаминов в организм.

Макро и микроэлементы. Витамины и минеральные вещества. Определение обеспеченности организма человека витаминами и минеральными веществами.

Различные добавки при производстве продуктов питания. Их назначение и влияние на здоровье человека. Мифы и реальность в представлениях о питании. Диеты. Анорексия. Булемия. Жевательная резинка. Вода, которую мы пьём. Минеральные воды, их состав.

Виды деятельности: познавательная, практическая, игровая.

Просмотр презентации. Беседа с элементами дискуссии. Анализ своего пищевого поведения. Работа с различными источниками информации. Тестирование на обеспеченность: магнием, калием, кальцием, витамином А и бета-каротином, витаминами группы В, витамином С, витамином D. Практикум: составление правильного меню. Практикум: составление примерного меню и расчёт калорийности рациона питания в соответствии и энергозатратами людей различных профессий. Презентации обучающихся «Традиции питания у разных народов».

Тема 3. «Семья и её роль в созидании личности» (4 ч).

Демографические перспективы. Демографические мотивации человека. Проблемы взросления и культура здоровья. Репродуктивное здоровье. Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов. Ответственное поведение как социальный фактор.

Виды деятельности: познавательная, практическая.

Беседа. Просмотр презентации «Репродуктивное здоровье. Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов».

Тема 4. «Народная медицина и декоративная косметика» (6 ч).

Общая характеристика лекарств, фармакологические свойства, побочные действия, взаимодействие с другими лекарственными препаратами. Основные лекарственные формы. Лекарства в нашем доме. Правила приема лекарственных веществ. Болеутоляющие средства. Антибактериальные и химиотерапевтические средства. Лечение и профилактика заболеваний с помощью витаминов. Вещества, регулирующие рождаемость.

Лекарственные препараты и народная медицина. Множественная лекарственная устойчивость. Польза и вред косметики. Возрастная косметика. Фитотерапия. Средства фитотерапии в косметике. Лекарственные растения Кемеровской области.

Виды деятельности: познавательная, практическая, игровая, социальное творчество.

Просмотр фильма «Лекарства в нашем доме». Беседа о пользе и вреде косметики. Знакомство с понятием «фитотерапия». Практикум «Приготовление простейших фитосборов». Сюжетно-ролевая игра «Косметический салон».

Тема 5. «Химические и другие зависимости и их роль в здоровье человека» (8 ч).

История табакокурения, современная роль табака в здоровье человека. Пассивное курение. Курительные смеси. Компьютерная игромания и другие азартные игры.

Алкоголизм. Его предупреждение. Демографическая роль влияния алкоголя в России и жизни каждого человека.

Химические зависимости: как их избежать, сохраняя высокий уровень работоспособности и долголетие. Наркотические вещества и их характеристика, наркотрафики. Асоциальная роль наркотиков. Осложнения наркомании.

Виды деятельности: познавательная, практическая, игровая.

Просмотр видеофильма. Беседа и дискуссия на тему «Влияние алкоголя, табакокурения и наркотиков на жизнь и здоровье человека». Тестирование «Насколько я азартный человек?» Практикум «Компьютерная игромания».

Тема 6. «Информационная среда и её влияние на социальную адаптацию человека» (2 ч).

Понятие информационной среды человека. Природная и искусственная информационная среда. Информационная среда и её составляющие (электронные средства массовой коммуникации – радио, телевидение, Интернет; компьютеризация всех сфер жизни) Интернет, средства массовой информации и их влияние на психологическое здоровье личности.

Виды деятельности: познавательная, проблемно-ценностное общение.

Беседа с элементами дискуссии. Работа с различными источниками информации.

Тема 7. «Молодёжная субкультура» (6 ч).

Понятие моды, субкультуры. Формы субкультуры. Какие бывают субкультуры и откуда они берутся. Высокая мода и субкультуры. Молодёжная субкультура в: музыке, кино, создании имиджа, поведении.

Мода или здоровье? Татуаж, пирсинг, цветные очки и др.

Виды деятельности: познавательная, игровая, проблемно-ценностное общение.

Просмотр видеофильма. Беседа. Работа с таблицей. «Лицо и причёска» – тренинг по подбору подходящей к форме лица причёске (ИКТ-тренажёр). Сюжетно-ролевая игра.

Тема 8. «Экология одежды» (6 ч).

Ткани и их виды. Аллергические реакции на различные волокна и красители. Джинсовый дерматит. Гигиена одежды как одна из основ выбора. Сезонность одежды как предпосылка к сохранению здоровья. Одежда для различных случаев жизни. Возрастная одежда. Представление о лечебной одежде.

Виды деятельности: познавательная, практическая.

Просмотр презентации. Лекция. Тестирование. Практикум «Испытание тканей из различных синтетических волокон».

Тема 9. «Человек на рынке предлагаемых услуг» (2 ч).

Закон о защите прав потребителей»

Виды деятельности: познавательная, практическая, игровая.

Лекция. Просмотр видеофильма. Беседа с элементами дискуссии. Сюжетно-ролевая игра.

Тема 10. «Экология жилища» (2 ч).

Жилище как среда обитания человека. Комфортные или оптимальные условия. Основные компоненты микроклимата жилища – температура, влажность, подвижность воздуха, освещённость. Стены и «одежда» для стен. Видеоэкология.

Виды деятельности: познавательная, практическая, проблемно-ценностное общение.

Участие в дискуссии. Сбор и анализ материала. Оценка экологического состояния своего организма и своей среды обитания. Применение знаний экологических правил при анализе различных видов хозяйственной деятельности. Характеристика экологической обстановки своего жилища. Составление экологического паспорта своего жилища.

Тема 11. «Влияние бытовой техники на организм человека» (6 ч).

Влияние электромагнитных и радиоволн на организм человека. Особенности применения в жизни человека электроприборов: холодильника, микроволновой печи, кондиционера, телевизора, компьютера, монитора, сотового телефона и т.д. Применения в жизни человека физиоприборов. Их значение для здоровья человека. Человек и бытовой шум. Бытовая пыль и её влияние на здоровье человека.

Виды деятельности: познавательная, практическая.

Постановка проблемных вопросов. Сбор, анализ и систематизация информации. Беседа с элементами дискуссии. Практикум «Экологически чистый дом». Практикум «Дом будущего».

Тема 12. «Полимерные материалы и бытовая химия» (4 ч).

Особенности моющих средств и стиральных порошков. Экологические аспекты применения химических моющих средств. Аллергия и другие осложнения применения синтетических моющих средств. Традиционные, народные средства стирки. Добрые забытые средства - поваренная соль, нашатырный спирт, столовый уксус, питьевая сода, подсолнечное масло, мыло хозяйственное. Токсичные и потенциально токсичные вещества экосферы.

Виды деятельности: познавательная, практическая.

Просмотр презентации. Беседа. Работа с различными источниками информации. Выполнение заданий различного уровня сложности.

Тема 13. Конференция «Проблемы экологии человека и его здоровья» (4 ч).

Виды деятельности: познавательная, проектная.

Подготовка к проведению конференции. Защита проектных работ обучающихся. Заключительное занятие. Рефлексия.

Формы организации деятельности

- лекция и семинары;
- практикумы и тренинги;
- сюжетно-ролевая игра;
- защита проектов и презентаций.

III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

	Название тем и занятий	Всего часов	В том числе по видам деятельности	
			Теоретические занятия	Практикумы
1.	Вводное занятие.	2	2	
2.	«Выбираем здоровье».	4	2	2
3.	«Формирование модели правильного пищевого поведения».	14	10	4
4.	«Семья и её роль в созидании личности».	4	4	
5.	«Народная медицина и декоративная косметика».	6	2	4
6.	«Химические и другие зависимости и их роль в здоровье человека».	8	6	2
7.	«Информационная среда и её влияние на социальную адаптацию человека».	2	2	
8.	«Молодёжная субкультура».	6	4	2
9.	«Экология одежды».	6	4	2
10.	«Человек на рынке предлагаемых услуг».	2	2	
11.	«Экология жилища».	2	2	
12.	«Влияние бытовой техники на организм человека».	6	4	2
13.	«Полимерные материалы и бытовая химия».	4	4	
14.	Подготовка и проведение конференции «Проблемы экологии человека и его здоровья».	4		4
	Итого:	70	48	22