

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Школа №128 имени Героя Советского Союза  
А.А. Тимофеевой – Егоровой» городского округа Самара.

Принята  
на заседании методического  
объединения  
Протокол от 26.08.2020г.  
№ 1

Председатель М/О  
И.А. Бесёдина

Проверена  
заместителем директора по  
УВР  
Т.В. Антропова  
« 27 » 08 2020г.

Утверждаю  
Директор  
МБОУ Школы №128 г.о. Самара  
Л.А. Полстьянова  
Приказ от 26.08.2020г. № 278  
М.П. о. Самара



**Рабочая программа курса внеурочной деятельности  
для обучающихся 6 А, Б, В классов  
«Экологическая культура и здоровье человека»**

**Форма организации:** кружок

**Направление:** социальное

**Срок реализации:** 1 год

**Программа составлена:**

учителем биологии Фроловой О. Ю.

Самара, 2020 г.

## **Содержание Программы.**

Пояснительная записка

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности;
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности;
3. Тематическое планирование.

## Пояснительная записка

При составлении данных рекомендаций были использованы следующие нормативно-правовые и методические документы:

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Главного государственного врача РФ от 29.12.2010г. №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10...» р. «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- Приказ МОиН РФ от 06.10.2009г. №373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Приказ МОиН РФ от 17 декабря 2010 года №1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);
- Информационное письмо МОиН РФ №03-296 от 12 мая 2011г. «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Приказ МОиН РФ от 31 декабря 2015 года №1576 «О внесении изменений в ФГОС НОО»;
- Приказ МОиН РФ от 31 декабря 2015 года №1577«О внесении изменений в ФГОС ООО»;
- Письмо МОиН РФ от 14 декабря 2015 года №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных образовательных программ»;
- Письмо МОиН Самарской области от 17.02.2016 №МО-16-09-01/173-ТУ «О внеурочной деятельности»;
- Григорьев Д.В., Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор – М., 2010.

Внеурочная деятельность «Экологическая культура и здоровье человека» направлена на формирование у обучающихся целостного понимания всего многообразия природы, места человека в природе, развитие экологического сознания.

Данная программа предназначена для обучающихся 6 классов, на ее изучение отводится 34 часа, по 1 часу в неделю.

## **Цель данного курса:**

- 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.

## **Задачи курса:**

### ***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.
- навыков конструктивного общения;

## **1.Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### **Личностные результаты обучения:**

- 1) формирование у обучающихся системно-целостного понимания всего многообразия природы, целостного мировоззрения;
- 2) формирование готовности к самостоятельным поступкам и действиям на благо природы;
- 3) формирование знаний о правах и обязанностях в области энерго- и ресурсосбережения в интересах сохранения окружающей среды;
- 4) формирование умения слушать и слышать другое мнение; признание права каждого на собственное мнение; умение отстаивать свою точку зрения;
- 5) формирование основ экологической культуры, моральной ответственности за экологические последствия своих действий в окружающей среде;

### **Метапредметные результаты:**

- 1) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- 2) владение навыками самоконтроля, самооценки;

- 3) умение определять понятия, создавать обобщения, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, делать выводы;
- 4) смысловое чтение;
- 5) формирование и развитие компетенции в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- 6) формирование и развитие экологического мышления; основы системного мышления учащихся;

### **Предметные результаты:**

- 1) формирование системы научных знаний о взаимосвязях в живой природе, причинах снижения биоразнообразия планеты в результате деятельности человека;
- 2) формирование представлений о системной организации жизни; умения выделять компоненты разных систем;
- 3) приобретения опыта проведения экологических экспериментов;
- 4) формирование основ экологической грамотности: способности оценивать последствия деятельности человека в природе; осознание необходимости действий по сохранению биоразнообразия и природных мест обитаний видов растений и животных;
- 5) освоение приемов сохранения безопасности жизни и здоровья.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности.**

### ***Тема 1. Вот мы снова в школе (4 часа)***

«Вот мы и в школе»: личная гигиена, значение утренней зарядки для организма

### ***Тема 2. Питание и здоровье (5 часов)***

«Питание и здоровье»: основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого

### ***Тема 3. Мое здоровье в моих руках (7 часов)***

«Моё здоровье в моих руках»: влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата

### ***Тема 4. Я в школе и дома (4 часа)***

«Я в школе и дома»: социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона

### **Тема 5. Чтоб забыть про докторов (6 часов)**

«Чтоб забыть про докторов»: закаливание организма

### **Тема 6. Я и мое ближайшее окружение (4 часа)**

«Я и моё ближайшее окружение»: развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома

### **Тема 7. Вот и стали мы на год взрослей (4 часа)**

«Вот и стали мы на год взрослей»: первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода

## **1. Тематическое планирование**

<b>№</b>	<b>Разделы и темы</b>	<b>Общее количество часов</b>	<b>Теоретические занятия (кол-во часов)</b>	<b>Практические занятия (кол-во часов)</b>	<b>Планируемые сроки</b>
1	Вот мы снова в школе	4	1	3	сентябрь
2	Питание и здоровье	5	2	3	октябрь
3	Мое здоровье в моих руках	7	3	4	ноябрь, декабрь
4	Я в школе и дома	4	2	2	январь
5	Чтоб забыть про докторов	6	1	5	февраль, март
6	Я и мое ближайшее окружение	4	2	2	апрель, май

7	Вот и стали мы на год взрослей	4	1	3	май
	<b>Итого</b>	<b>34 часа</b>	<b>12 часов</b>	<b>22 часа</b>	

### **Календарно – тематическое планирование**

Календарно – тематическое планирование по каждому классу (параллели) является приложением к рабочей программе. Разрабатывается ежегодно.

**Количество часов всего 34**

<b>№ урока п/п</b>	<b>№ урока в теме</b>	<b>Содержание материала</b>	<b>Сроки проведения</b>
		<b>Тема 1. Вот мы снова в школе (4 часа)</b>	
1	1	Здоровье и здоровый образ жизни	04.09
2	2	Правила личной гигиены	11.09
3	3	Физическая активность и здоровье	18.09
4	4	Как познать себя	25.09
		<b>Тема 2. Питание и здоровье (5 часов)</b>	
5	1	Питание-необходимое условие для жизни человека	02.10
6	2	Витамины и минеральные вещества	09.10
7	3	Здоровая пища для всей семьи	16.10
8	4	Секреты здорового питания. Рацион питания	23.10
9	5	Как питались в стародавние времена и питание нашего времени	06.11
		<b>Тема 3. Моё здоровье в моих руках (7 часов)</b>	
10	1	Домашняя аптечка	13.11
11	2	Марафон «Сколько стоит твоё здоровье»	20.11
12	3	Береги зрение смолоду	27.11
13	4	Сотовый телефон – плюсы и минусы	04.12
14	5	Экскурсия «Природа – источник здоровья»	11.12
15	6	Отдых для здоровья	18.12
16	7	Мы за здоровый образ жизни	25.12
		<b>Тема 4. Я в школе и дома (4 часа)</b>	
17	1	Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим	15.01
18	2	Делу время, потехе час.	22.01
19	3	Мой внешний вид –залог здоровья	29.01
20	4	Что такое дружба? Как дружить в школе?	05.02
		<b>Тема 5. Чтоб забыть про докторов (6 часов)</b>	
21	1	Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься	12.02
22	2	Почему нужно чистить зубы	19.02
23	3	День здоровья	26.02



		«За здоровый образ жизни»	
24	4	Разговор о правильном питании - Вкусные и полезные вкусы	05.03
25	5	Лекарственные растения – наши помощники	12.03
26	6	Игра «Советуем литературному герою»	19.03
		<b>Тема 6. Я и моё ближайшее окружение (4 часа)</b>	
27	1	Вредные привычки и их профилактика	02.04
28	2	Мир моих увлечений	09.04
29	3	Я и опасность	16.04
30	4	Школа и моё настроение	23.04
		<b>Тема 7. Вот и стали мы на год взрослей (4 часа)</b>	
31	1	Опасности летом	30.04
32	2	Лесная аптека на службе человека	07.05
33	3	Игра «Не зная броду, не суйся в воду»	14.05
34	4	Итоговое занятие Гордо реет флаг здоровья	21.05