

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство общего и профессионального образования**

**Ростовской области**

**Районный отдел образования Администрации**

**Пролетарского района Ростовской области**

**МБОУ Наумовская ООШ Пролетарского района Ростовской  
области**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель  
учителей  
гуманитарного  
цикла

\_\_\_\_\_  
Соколова Н.Ф.  
Протокол №1  
от «28» августа  
2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

руководитель МС,  
заместитель  
директора по УВР

\_\_\_\_\_  
Соколова Н.Ф.  
Протокол №1  
от «29» августа  
2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

директор

\_\_\_\_\_  
Бибиков В.В..  
Приказ №74  
от «29» августа  
2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного курса внеурочной деятельности

«Здоровье и окружающая среда» 8 - 9 классы

(ID 6136561)

**х. Наумовский 2024-2025**

## **Пояснительная записка**

Программа курса внеурочной деятельности «Здоровье человека и окружающая среда» строится с учетом современного состояния окружающей среды, которая может представлять опасность для здоровья человека. Содержание курса поможет понять, почему здоровье – физическое и духовное, главное богатство человека; каким образом здоровье зависит не только от наследственности, но и от окружающей среды и от того образа жизни, который ведет человек.

Курс носит обобщающий характер, что позволяет не только систематизировать ранее полученные учащимися знания из различных предметов, но и побудит учащихся серьезнее изучать организм человека, поможет организовать здоровый образ жизни, научит заботиться об окружающей среде.

Важнейшей глобальной общегосударственной проблемой современности стала проблема национального здоровья, она особенно актуальна и обозначена государством в последнее время. Состояние здоровья детей и подростков приобрело настолько плачевное состояние, что о нём заговорили не только врачи и педагоги но и представители широкой общественности и политики. Сегодня 20-25 % школьников могут быть названы по настоящему здоровыми. Состояние окружающей среды становится всё менее благоприятным для существования человека, его здоровья.

В этих условиях школа обрела особое значение и призвана дать подрастающему поколению хотя бы элементарные представления о взаимосвязях окружающей среды и здоровья человека. Ребёнок приходит в школу в восприимчивом к образованию и воспитанию возрасте, а длительное пребывание в школе вполне достаточно для формирования у него мотивов здоровья.

Содержание школьного биологического образования не раскрывает в полной мере проблему здорового образа жизни, факторов влияющих на состояние здоровья человека.

Программа данного курса предусматривает последовательное изучение вопроса здорового образа жизни, влияние факторов среды на здоровье человека и дополняет школьное биологическое образование. Экологический курс является важным фактором в плане формирования «новообразования» у подрастающего поколения – ответственного к здоровью, формированию культуры здоровья.

**Цель:** расширение и углубление знаний учащихся по экологии, формирование представления о влиянии окружающей среды на организм человек.

### **Задачи:**

1. Заинтересовать участников изучением проблем экологии.
2. Добиться понимания практического значения экологических знаний.
3. Подвести учащихся к осознанию своей роли в сохранении собственного здоровья.
4. Пропагандировать здоровый образ жизни.
5. Создать условия для творческой самореализации учеников.

Программа курса внеурочной деятельности «Здоровье человека и окружающая среда», рассчитан на обучающихся 9 классов (34 часа). Предусмотрены практические занятия, лекции, беседы, защита творческих проектов, рефератов.

## **Ожидаемые результаты:**

### Образовательные:

*Учащиеся должны знать:*

- причины функциональных нарушений в организме человека;
- давать определения основных терминов;
- уметь устанавливать связь между организмом и окружающей средой;
- делать выводы о физиологических основах здорового образа жизни и сохранения

здоровья.

### Педагогические:

*Учащиеся должны уметь:*

- самостоятельно организовывать учебную деятельность;
- научиться вести диалог, выслушивать, выступать перед одноклассниками;
- обобщать, систематизировать собранный материал.

## Содержание курса

### Введение (1 ч)

*Здоровье и болезнь. Жизнедеятельность здоровья человека. Определение «здоровье». Связь между индивидуальным здоровьем человека и состоянием здоровья всего населения страны. Факторы здоровья и риск болезни в реальных ситуациях. Связь между правом человека на здоровье и обязанностью ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.*

### Здоровье и наследственность (6 ч.)

*Место человека в системе животных. Является ли человек совершенным существом. Носители наследственности. Наследственные болезни. Предупреждение наследственных болезней. Основные признаки человека как одного из видов живых существ. Три группы наследственных болезней, анализ причин их возникновения. Профилактика наследственных болезней, проблемы дородовой диагностики наследственных болезней.*

#### **Темы рефератов:**

- Адаптация
- Стресс
- Аллергия
- Наследственные заболевания
- Наследственная предрасположенность

### Среда жизнедеятельности человека (13 ч.)

*Биологические ритмы. Погода и самочувствие. Ландшафт и здоровье. Природная среда – источник инфекционных заболеваний. Эндемичные заболевания. Человек в экстремальных условиях. Поселение как среда жизни. Среда жилого и рабочего помещений. Особенности сред обитания, их компоненты. Влияние факторов природной среды (космических, ландшафтных, климатических) на состояние здоровья. Характеристика природной среды своей местности. Причины инфекционных и неинфекционных эндемичных заболеваний. Природная среда – неотъемлемое условие жизни человека, способы улучшения реального природного окружения нашей местности.*

**Практическая работа:** «Среда жилого помещения»

**Творческий проект:** «Город будущего»

**Темы рефератов:** Профессиональные заболевания.

### Окружающая среда должна быть чистой (7ч.)

*Загрязнение атмосферы, гидросферы, почвы. Шум и здоровье. Радиация и здоровье. Организм, защищающийся от загрязнений. Основные источники загрязнения атмосферы, гидросферы, почвы. Отрицательные последствия влияния на организм человека шума, излучений, химических веществ. Механизм защиты организма от чужеродных веществ.*

**Практическая работа:** «Изучение загрязнения бытовым мусором»

### Здоровый образ жизни (6 ч.)

*Профессия и здоровье. Семья и здоровье. Культура питания. Информация на упаковке. Алкоголизм и наркомания – болезни химической зависимости. Табакокурение. Культура движения. Физическая и духовная красота. Анализ и оценка образа жизни своей семьи и своего собственного. Значимость каждого компонента здорового образа: рационального питания, культуры движения, высоко нравственного отношения к окружающим людям, обществу,*

природе, полноценной семейной жизни, творческой активности. Упаковка, продуктов. Обозначение пищевых добавок и красителей. Сроки и условия хранения продуктов питания.

Обоснование основных требований к образу жизни человека с целью сохранения и укрепления его здоровья. Правильная организация своего образа жизни.

**Практическая работа:** «Меню на один день».

**Практическая работа:** «Проведение первичной экспертизы упакованных продуктов питания».

**Семинар** «Генетически модифицированные продукты: за и против»

**Темы рефератов:**

1. Детский алкоголизм
2. Курение подростка.
3. Пищевые добавки.
4. Критический анализ различных диет.
5. Влияние чая и кофе на здоровье человека.
6. Основные источники витаминов.
7. Влияние поваренной соли на здоровье человека.
8. Последствия избыточной массы тела для здоровья человека.
9. Вегетарианство.
10. Пищевые добавки и здоровье человека.

### **Заключение (1 ч.)**

*Профессия – врач. Медицина будущего.* Заботы эколога. Этические и профессиональные основы медицинской профессии. Основные проблемы современной медицинской науки. Важнейшие направления деятельности эколога. **Творческая работа:** «Профессия и здоровье»

**Учебно- тематический план**

№	Наименование тем курса	Всего часов	В том числе			Форма контроля
			лекция	практика	семинар	
<b>Введение 1 ч.</b>						
1	Определение «здоровье». Жизнедеятельность здорового человека.	1	1			Составление плана. Заполнение анкеты – теста
<b>Здоровье и наследственность 6 ч.</b>						
2	Место человека в системе животных	1	1	1		Беседа. Обсуждение.
3	Является ли человек совершенным существом	1	1		1	Участие в семинаре.
4	Носители наследственности.	1	1			Беседа. Обсуждение.
5-6	Наследственные болезни.	2	1	1		Беседа. Индивидуальная работа.
7	Предупреждение наследственных болезней.	1		1		Составление карты здоровья и программы оздоровления.
<b>Среда жизнедеятельности человека 13 ч.</b>						
8	Природа биологических ритмов.	1	1			Беседа. Обсуждение.
9	Погода и самочувствие.	1	1	1		Просмотр видеофильма.
10-11	Природная среда – источник заболеваний.	2	1	1		Изучение состояния окружающей среды.
12-13	Неинфекционные заболевания – эндемичные заболевания.	2	1	1		Составление плана. Индивидуальная работа.
14	Человек в экстремальных природных условиях	1	1	1		Составление плана. Индивидуальная работа.
15	Стрессы в современном мире.	1	1	1		Составление плана. Индивидуальная работа.
16	Поселение как среда жизни.	1	1	1		Составление плана. Индивидуальная

						работа.
17-18	Среда жилого помещения.	2	2			Составление плана. Индивидуальная работа.
19	Практическая работа «Среда жилого помещения»	1		1		Практическая работа.
20	Защита творческого проекта «Город будущего»	1		1	1	Участие в семинаре. Творческая работа.
<b>Окружающая среда должна быть чистой 7 ч.</b>						
21	Загрязнение атмосферы, гидросферы, почвы.	1	1			Беседа, просмотр видеофильма. Обсуждение.
22	Шум и здоровье.	1	1	1		беседа, просмотр видеофильма.
23	Ионизирующие излучения.	1	1			Беседа. Обсуждение.
24	Радиация и здоровье.	1	1	1		беседа, просмотр видеофильма.
25	Опасность химического отравления.	1	1			Составление плана. Индивидуальная работа.
26	Организм, защищающийся от загрязнений.	1	1	1		беседа, просмотр видеофильма.
27	Практическая работа «Изучение загрязнения бытовым мусором»	1		1	1	Практическая работа
<b>Здоровый образ жизни 6 ч.</b>						
28	Труд, профессия, здоровье.	1	1	1		Беседа, просмотр видеофильма.
29	Семья и здоровье. Культура питания	1	1	1		Составление плана. Индивидуальная работа.
30	Алкоголизм и наркомания – болезни химической зависимости.	1	1	1		беседа, просмотр видеофильма.
31	Табакокурение.	1	1	1		Составление плана.

						Индивидуальная работа.
32	Практическая работа «Меню на один день»	1		1		Практическая работа
33	Практическая работа «Проведение первичной экспертизы упакованных продуктов питания».	1		1	1	Практическая работа. Участие в семинаре. Творческая работа.
<b>Заключение 1ч.</b>						
34	Медицина будущего. Заботы эколога.	1		1	1	Беседа, просмотр видеофильма.
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>				

#### Методическая литература:

1. Величковский Б.Т. Здоровье и окружающая среда. М.: Новая школа, 1997 г.
2. Технология обучения здоровью /сост. Н.В. Борисова/ Чебоксары: ЧРИО, 2005 г.
3. Предметные недели в школе: Биология, экология, здоровый образ жизни /сост. В.В. Балабанова/ Волгоград: Учитель.
4. Колбовский Е.Ю. Экология для любознательных. Ярославль: Академия развития.
5. Муртазин Г.М. Активные формы и методы обучения биологии. М.: Просвещение, 1989 г.
6. «Биология в школе» Журнал.

#### Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет

<http://school-collection.edu.ru>,  
[resh-shkola.ru](http://resh-shkola.ru)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190554

Владелец Бибиков Владимир Владимирович

Действителен с 19.10.2023 по 18.10.2024