

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки калужской области

Администрация МР «Малоярославецкий район»

МОУ Торбеевская основная общеобразовательная школа

РАСМОТРЕНО
на заседании Педагогического совета

Протокол № 1

от «30» 08 2022 г.



УТВЕРЖДЕНО
Директор школы

З.В. Кузнецова

Приказ № 136

от «30» 08 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Экология человека. Культура здоровья»

п. Юбилейный

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА. КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ» 5,6 КЛАСС

Рабочая программа внеурочной деятельности учебного курса «Экология человека. Культура здоровья» разработана в соответствии с требованиями обновлённого Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО), с учётом Основной образовательной программы основного общего образования МОУ Торбеевская основная общеобразовательная школа, Программы воспитания МОУ Торбеевская основная общеобразовательная школа и методических указаний по реализации образовательных программ естественнонаучной и технологической направленностей по биологии с использованием оборудования центра «Точка роста» и обеспечивает достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования.

Организация внеурочной деятельности в Учреждении осуществляется в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» (с изменениями на 24 марта 2021 года)

Рабочая программа внеурочной деятельности учебного курса «Экология человека. Культура здоровья» на уровне основного общего образования составлена на основе требований авторской Программы внеурочной деятельности «Экология человека. Культура здоровья» 2019 г., методического пособия «Реализация образовательных программ естественнонаучной и технологической направленностей по биологии с использованием оборудования центра «Точка роста»» 2021 г. и учебного пособия 2022 г. «Цифровая лаборатория «Биология». Справочно-методические материалы по выполнению лабораторных работ» 2022 г.

Внеурочная деятельность понимается как образовательная деятельность, осуществляемая в формах, отличных от урочной, и направленная на достижение планируемых результатов освоения основных образовательных программ основного общего образования. Ведущее направление развития личности, в рамках которого разработана рабочая программа – оздоровительное, экологическое.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОГО КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА. КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ»

Цели программы: 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.

Цели конкретизированы следующими **задачами:**

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;

потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья;

Обучение: осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье, понимая всю опасность антропогенной деятельности при её бесконтрольности.

правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;

элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);

упражнениям сохранения зрения.

Каждая из тем разделяется на главы. Почти вся программа представлена в виде презентаций, что повысит интерес учащихся к данной теме и, следовательно, даст более высокие результаты. В программе широко используются видео и аудио материалы, которые дают учащимся возможность лучше понять культуру и свое место в обществе.

Методы и формы организации учебно-воспитательного процесса.

Планируемые формы занятий:

создание отчета экскурсии в устной и письменной форме;

рисование картин по выбранной теме;

оформление альбомов с рисунками и гербариями;

создание сообщений;

мини-исследования;

практические работы;

экскурсии;

познавательные коллективные игры.

Формы обучения и воспитания:

индивидуальные

групповые

работа в малых группах (проектная деятельность, создание компьютерных презентаций).

Методы обучения и воспитания:

словесные (рассказ, беседа, лекция);

наглядные (наблюдение, показ, демонстрация);

проблемно-поисковые (исследовательская деятельность, проектная деятельность);

практические (акции);

игровые.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА. КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ» НА УРОВНЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

проявление позитивного отношения к действительности;

формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей;

проявление устойчивого интереса к новым способам познания;

проявление готовности к сотрудничеству с другими людьми;

формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе;

проявление готовности выразить и отстаивать свою позицию;

критично относиться к своим поступкам;

формирование ответственности за окружающую природу как общечеловеческую ценность;

знание основных принципов и правил отношения к живой природе, основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;

реализация установок здорового образа жизни;

сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение живой природы; интеллектуальных умений (доказывать, строить рассуждения, анализировать, сравнивать, делать выводы и др.); эстетического отношения к живым объектам;

формирование ответственного отношения к природе, осознание необходимости защиты окружающей среды.

Метапредметные результаты:

1. Познавательные УУД

самостоятельно принимать и сохранять творческую задачу;

самостоятельно находить варианты решения творческой задачи;

объяснять живой мир с точки зрения биологии;

использовать методы и приёмы эколого-биологической деятельности в творческом процессе и повседневной жизни;

создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта;

осознание роли жизни;

использовать биолого-экологические знания в быту;

овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям, классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;

умение работать с разными источниками биологической информации: находить биологическую информацию в различных источниках (тексте учебника, научно-популярной литературе, биологических словарях и справочниках), анализировать и оценивать информацию, преобразовывать информацию из одной формы в другую;

2. Регулятивные УУД:

самостоятельно обнаруживать биологическую проблему, определять цель творческой деятельности;

способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих;

умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию;

выдвигать версии решения творческой проблемы, осознавать конечный результат;

составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта);

работать по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно;

различать способ и результат действия;

самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в незнакомом материале;

преобразовывать практическую задачу в познавательную;

осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;

в диалоге с учителем вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности своей работы и работы других в соответствии с этими критериями.

3. Коммуникативные УУД:

адекватно воспринимать оценку учителя;

формулировать собственное мнение и позицию;

вносить коррективы в действия на основе их оценки и учёта сделанных ошибок;

самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.);

задавать вопросы;

работать в малых группах;

взаимодействовать со сверстниками;

осуществлять взаимный контроль и оказывать партнёрам в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Предметные результаты:

обучающийся научится:

- 1) оценивать состояние своего здоровья (в том числе последствия применения диоксинов, пестицидов, нитратов, употребления пищевых добавок, газированных напитков);
- 2) устанавливать связь между биосоциальными факторами среды и своим здоровьем;
- 3) соблюдать гигиенические правила для ведения здорового образа жизни;
- 4) проводить наблюдения и самонаблюдения;
- 5) основам экологической культуры человека;
- 6) искать пути решения экологических проблем, связанных с деятельностью человека;
- 7) учитывать влияние факторов среды на генофонд человека;
- 8) понимать значение рационального питания для здоровья человека и роль биоритмов, оказывающих влияние на его жизнедеятельность;
- 9) способам избавления от бытовых отходов;

обучающийся получит возможность научиться:

- 1) проводить простейшие наблюдения, измерения, опыты;
- 2) систематизировать и обобщать разные виды информации;
- 3) пользоваться простыми биологическими приборами, инструментами и оборудованием;
- 4) устанавливать взаимосвязи здоровья человека и его образа жизни;
- 5) определять факторы, укрепляющие здоровье человека в процессе онтогенеза;
- 6) систематизировать основные условия сохранения здоровья человека;
- 7) осознавать необходимость своего участия в охране окружающей среды;
- 8) выявлять и характеризовать позитивное и негативное влияние абиотических факторов на состояние здоровья человека;
- 9) осознавать опасность антропогенной деятельности при её бесконтрольности;
- 10) проводить исследование помещения на соответствие его экологическим нормативам;
- 11) соблюдать правила применения препаратов бытовой химии;
- 12) выявлять основные стрессогенные факторы среды;
- 13) анализировать с экологической точки зрения состояние квартиры;
- 14) грамотно оформлять полученные результаты исследований в виде отчётов, таблиц;
- 15) определять собственную позицию по отношению к экологическим проблемам современности, которые отражаются на здоровье человека;
- 16) использовать ресурсы Интернета, работать с учебной и научно-популярной литературой, с периодическими изданиями.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА «ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА. КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ»

Срок реализации программы учебного курса «Экология человека. Культура здоровья» – 1 год.

Рабочая программа предусматривает изучение учебного курса «Экология человека. Культура здоровья» в объёме 34 часов за один год обучения, в том числе:

- | | |
|-------------|-----------------------|
| в 5 классе | – 17 ч, |
| в 6 классе | – 17 ч, |
| из расчёта: | |
| в 5 классе | – 1 час в две недели, |
| в 6 классе | – 1 час в две недели; |

Уроки внеурочной деятельности спланированы к проведению:

в 5 классе в среду каждой первой недели (в среду каждой второй недели – в случае если день проведения урока выпадает на каникулы);

в 6 классе в среду каждой второй недели (в среду каждой первой недели – в случае если день проведения урока выпадает на каникулы).

Тематическое содержание учебного курса «Экология человека. Культура здоровья» включает:

5 КЛАСС (17 ч)

1. Введение. Культура здоровья (3 ч)

Из истории наук о здоровье человека. Охрана и укрепление здоровья и здоровья окружающих людей. Гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Овладение основными культурно-гигиеническими навыками самообслуживания. Презентация.

Социальные нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона.

Основные правила противопожарной безопасности. Профилактика ожогов и обморожений.
Игра. «Остров здоровья».

Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Биология»). Оценка микроклимата в учебных помещениях.

2. Физическая активность (2 ч)

История спортивных игр. Значение утренней зарядки для организма. Эстафета здоровья. Закаливание организма.

Игровой спортивный конкурс.

Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Биология»). Изучение терморегуляторной и выделительной функций кожи.

3. Питание (5 ч)

Питание – необходимое условие для жизни человека. Золотые правила питания. Жиры, белки и углеводы – что важнее? Проблемы здоровья, связанные с неправильным питанием. Пищевые добавки в нашей жизни. «Почему нужен завтрак». «Мое любимое блюдо». Основы правильного питания. Как питались в стародавние времена и питание нашего времени. Как защититься от простуды и гриппа.

Лабораторные работы (использование цифровой лаборатории «Биология»). 1. Исследование вкусовой чувствительности.

2. Определение доброкачественности некоторых продуктов питания.

Лабораторные работы (использование цифровой лаборатории «Химия»): Исследование измерения кислотности молока.

4. Режим дня (4 ч)

Режим дня в разное время года. Неправильный режим дня и его последствия. Сон – лучшее лекарство.

Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата.

Творческие задания: 1. Планируем день.

2. Мой выходной день.

Лабораторные работы (использование цифровой лаборатории «Биология»): Обнаружение витаминов в биологических объектах.

5. Гигиена (2 ч)

Личная гигиена. Правила личной гигиены. Средства личной гигиены.

Исследование. «Самая полезная зубная паста»

Лабораторные работы (использование цифровой лаборатории «Биология»). Микрофлора воды.

6. Заключение (1 ч)

Первая доврачебная помощь в летний период. Опасности летнего периода.

6 КЛАСС (17 ч)

1. Введение (1 ч).

Здоровье человека. Основы здорового образа жизни. Здоровье человека и окружающая среда. Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей. Презентация.

2. Здоровье человека (8 ч)

Из истории наук о здоровье человека. Понятие здоровья. Виды здоровья

Практические работы: 1. Факторы укрепления здоровья: гигиена труда и отдыха, личная гигиена, гигиена помещений. Профилактические меры.

2. Проведение соматотропических измерений (рост, масса, пропорции тела).

3. Составление суточного энергетического рациона.

Лабораторные работы: 1. Составление таблицы кислотности продуктов питания (*использование цифровой лаборатории «Биология»*).

2. Измерение кислотности различных напитков, употребляемых в пищу (*использование цифровой лаборатории «Химия»*).

3. Обнаружение белков в биологических объектах (*использование цифровой лаборатории «Химия»*).

4. Обнаружение липидов в биологических объектах (*использование цифровой лаборатории «Химия»*).

3. Основы здорового образа жизни (3 ч)

Составление индивидуальной программы здоровья. Наследственность – составная часть здоровья. Носители наследственности.

Практическая работа: Диагностика здорового образа жизни. Составление индивидуальной программы здоровья.

Лабораторные работы (использование цифровой лаборатории «Химия»): 1. Обнаружение белков в биологических объектах.

2. Обнаружение липидов в биологических объектах.

4. Здоровье человека и окружающая среда (3 ч)

Влияние окружающей природы на здоровье человека.

Практическая работа. Прогнозирование состояния здоровья населения с учётом экологического состояния своей местности.

Лабораторные работы (использование цифровой лаборатории «Химия»): 1. Измерение кислотности различных напитков, употребляемых в пищу.

2. Исследования определения характера среды с помощью рН-метра.

5. Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей (3 ч)

В мире интересного. Вредные и полезные растения. Лесная аптека на службе человека.

Практическая работа: Определение лекарственных и ядовитых растений.

Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Химия»): Исследование почвенного раствора и определение его рН при помощи датчика уровня рН.

6. Заключение (1 ч)

Природа – источник положительных эмоций в жизни и творчестве человека.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА «ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА. КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ»

5 КЛАСС (17 ч)

№ п/п	Тематический блок, тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
1.	Введение. Культура здоровья (3 ч)	Из истории наук о здоровье человека. Охрана и укрепление здоровья и здоровья окружающих людей. Гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Овладение основными культурно-гигиеническими навыками самообслуживания. Презентация. Основные правила противопожарной безопасности. Профилактика ожогов и обморожений. Игра. «Остров здоровья». Социальные нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона. Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Биология»). Оценка микроклимата в учебных помещениях.	Влияние человека на живую природу с ходом истории. Глобальные экологические проблемы. Загрязнение воздушной и водной оболочек Земли, потери почв, их предотвращение. Пути сохранения биологического разнообразия.
2.	Физическая активность (2 ч)	История спортивных игр. Значение утренней зарядки для организма. Эстафета здоровья. Игровой спортивный конкурс. Закаливание организма. Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Биология»). Изучение терморегуляторной и выделительной функций кожи.	Раскрытие роли биологии в практической деятельности людей, значения различных организмов в жизни человека.
3.	Питание (5 ч)	Питание – необходимое условие для жизни человека. «Мое любимое блюдо». Как питались в стародавние времена и питание нашего времени. Основы правильного питания. Золотые правила питания. «Почему нужен завтрак». Как защититься от простуды и гриппа.	Проведение элементарных экспериментов и наблюдений на примерах растений (гелиотропизм и геотропизм) и одноклеточных животных (фототаксис и хемотаксис) и др. с описанием целей, выдвижением гипотез (предположений), получения новых фактов.

№ п/п	Тематический блок, тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
		<p>Пищевые добавки в нашей жизни. Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Биология»). 1. Исследование вкусовой чувствительности. Проблемы здоровья, связанные с неправильным питанием. Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Биология»). 2. Определение доброкачественности некоторых продуктов питания. Жиры, белки и углеводы – что важнее? Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Химия»): Исследование измерения кислотности молока.</p>	
4.	Режим дня (4 ч)	<p>Режим дня в разное время года. Неправильный режим дня и его последствия. Творческие задания: 1. Планируем день. Сон – лучшее лекарство. Анализаторы. Гигиена сна Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно- двигательного аппарата. Творческие задания: 2. Мой выходной день. Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Биология»): Обнаружение витаминов в биологических объектах.</p>	<p>Изменения в природе. Влияние человека на живую природу с ходом истории. Глобальные экологические проблемы. Загрязнение воздушной и водной оболочек Земли, потери почв, их предотвращение. Пути сохранения биологического разнообразия. Описание биологически активных веществ – витаминов и объяснение их роли в процессе обмена веществ и превращения энергии.</p>
5.	Гигиена (2 ч)	<p>Личная гигиена. Правила личной гигиены. Средства личной гигиены. Лабораторные работы (использование цифровой лаборатории «Биология»): Микрофлора воды. Исследование. «Самая полезная зубная паста».</p>	<p>Обоснование правил поведения в природе</p>
6.	Заключение (1 ч)	<p>Первая доврачебная помощь в летний период. Опасности летнего периода.</p>	<p>Описание и использование приёмов оказания первой помощи при кровотечениях.</p>

№ п/п	Тематический блок, тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
			Описание и интерпретация данных с целью обоснования выводов

6 КЛАСС (17 ч)

№ п/п	Тематический блок, тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
1.	Введение (1 ч)	Здоровье человека. Основы здорового образа жизни. Здоровье человека и окружающая среда. Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей. Презентация.	Описание факторов риска на здоровье человека при заболеваниях крови (малокровие и др.). Применение биологических терминов и понятий
2.	Здоровье человека (8 ч)	Из истории наук о здоровье человека. Понятие здоровья. Виды здоровья. Практические работы: 1. Факторы укрепления здоровья: гигиена труда и отдыха, личная гигиена, гигиена помещений. Профилактические меры. 2. Проведение соматотропических измерений (рост, масса, пропорции тела). 3. Составление суточного энергетического рациона. Лабораторные работы: 1. Составление таблицы кислотности продуктов питания (использование цифровой лаборатории «Биология»). 2. Измерение кислотности различных напитков, употребляемых в пищу (использование цифровой лаборатории «Химия»). 3. Обнаружение белков в биологических объектах (использование цифровой лаборатории «Химия»). 4. Обнаружение липидов в биологических объектах (использование цифровой	Классифицирование видов иммунитета, объяснение его значения в жизни человека. Обсуждение методов исследования организма человека. Выполнение практических и лабораторных работ с микроскопом с готовыми и временными микропрепаратами. Описание процессов жизнедеятельности растительного организма: минерального питания, фотосинтеза. Объяснение механизмов пищеварения, нейрогуморальной регуляции процессов пищеварения. Описание биологически активных веществ – витаминов, ферментов, гормонов и объяснение их роли в процессе обмена веществ и превращения энергии. Определение признаков авитаминозов и гиповитаминозов. Составление меню в зависимости от калорийности пищи и содержания витаминов. Обоснование основных принципов рационального питания как фактора укрепления здоровья Исследование действия ферментов

№ п/п	Тематический блок, тема	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся
		лаборатории «Химия»).	слюны на крахмал, обсуждение результатов.
3.	Основы здорового образа жизни (3 ч)	Составление индивидуальной программы здоровья. Наследственность – составная часть здоровья. Носители наследственности. Практическая работа: Диагностика здорового образа жизни. Составление индивидуальной программы здоровья. Лабораторные работы (использование цифровой лаборатории «Химия»): 1. Обнаружение белков в биологических объектах. 2. Обнаружение липидов в биологических объектах.	Обсуждение роли вакцин и лечебных сывороток для сохранения здоровья человека. Выявление причин инфекционных заболеваний. Описание мер предупреждения инфекционных заболеваний.
4.	Здоровье человека и окружающая среда (3 ч)	Влияние окружающей природы на здоровье человека. Практическая работа. Прогнозирование состояния здоровья населения с учётом экологического состояния своей местности. Лабораторные работы (использование цифровой лаборатории «Химия»): 1. Измерение кислотности различных напитков, употребляемых в пищу. 2. Исследования определения характера среды с помощью рН-метра.	Обоснование взаимосвязи человека и окружающей среды. Аргументирование зависимости здоровья человека от состояния окружающей среды. Обсуждение антропогенных воздействий на природу, глобальных экологических проблем, роли охраны природы для сохранения жизни на Земле Обоснование здорового образа жизни, рациональной организации труда и полноценного отдыха для поддержания психического и физического здоровья человека.
5.	Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей (3 ч)	В мире интересного. Вредные и полезные растения. Лесная аптека на службе человека. Практическая работа: Определение лекарственных и ядовитых растений. Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Химия»): Исследование почвенного раствора и определение его рН при помощи датчика уровня рН.	Анализ и оценивание влияния факторов риска на здоровье человека. Обоснование необходимости рационального землепользования. Исследование роли рыхления почвы.
6.	Заключение (1 ч)	Природа – источник положительных эмоций в жизни и творчестве человека.	Овладение приёмами работы с биологической информацией и её преобразование

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС (17 ч)

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль ные работы	практич еские работы	
1.	Раздел 1. Введение. Культура здоровья (3 ч)	3	0	3	https://yandex.ru/images/search?pos=8&img_url=http%3A%2F%2Fforkidsandmum.ru%2Fpictures%2F1014309788.jpg&text=экология+человека+5+класс+учебник&rpt=simage&lr=129635
2.	Раздел 2. Физическая активность (2 ч)	2	0	2	https://yandex.ru/images/search?pos=0&img_url=http%3A%2F%2Fs1.studylib.ru%2Fstore%2Fdata%2F006246240_1-7bc695afc849a1059db6d5d0aaa1085b.png&text=физическая+культура+5+класс+учебник&rpt=simage&lr=129635
3.	Раздел 3. Питание (5 ч)	5	0	5	https://avatars.mds.yandex.net/i?id=3ddd8d112a48c7ce02330d8b8a519994-5233858-images-thumbs&n=13
4.	Раздел 4. Режим дня (4 ч)	4	0	4	https://yandex.ru/images/search?pos=8&img_url=http%3A%2F%2Fforkidsandmum.ru%2Fpictures%2F1014309788.jpg&text=экология+человека+5+класс+учебник&rpt=simage&lr=129635
5.	Раздел 5. Гигиена (2 ч)	2	0	2	https://avatars.mds.yandex.net/i?id=c594913550283bac8d1b745f25c00314-5234597-images-thumbs&n=13
6.	Раздел 6. Заключение (1 ч)	1	0	1	https://yandex.ru/images/search?pos=8&img_url=http%3A%2F%2Fforkidsandmum.ru%2Fpictures%2F1014309788.jpg&text=экология+человека+5+класс+учебник&rpt=simage&lr=129635

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль ные работы	практич еские работы	
					age&lr=129635

6 КЛАСС (17 ч)

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль ные работы	практич еские работы	
1.	Раздел 1. Введение (1 ч)	1	0	1	https://www.ukazka.ru/img/g/uk415380.jpg
2.	Раздел 2. Здоровье человека (7 ч)	7	0	7	https://s0.slide-share.ru/s_slide/3455e080a5a978151ee97d761063995e/b0a652d9-dac0-43aa-b76a-a26e5ef21d99.jpeg
3.	Раздел 3. Основы здорового образа жизни (3 ч)	3	0	3	https://avatars.mds.yandex.net/i?id=84adfd3889973bd914627410e57bcb02-7012718-images-thumbs&n=13
4.	Раздел 4. Здоровье человека и окружающая среда (3 ч)	3	0	3	https://cdn3.static1-simaland.com/items/7024343/0/700.jpg?v=1665747971
5.	Раздел 5. Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей (2 ч)	2	0	2	fulltext/rusles/lekrast/text.pdf">booksite.ru>fulltext/rusles/lekrast/text.pdf files/lekarstvennye-rasteniia-7.html">multiurok.ru>files/lekarstvennye-rasteniia-7.html
6.	Раздел 6. Заключение (1 ч)	1	0	1	https://www.ukazka.ru/img/g/uk415380.jpg

5 КЛАСС (17 ч)

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контроль ные работы	практич еские работы	
	Раздел 1. Введение. Культура здоровья (3 ч)	3	0	3	
1.	Из истории наук о здоровье человека. Охрана и укрепление здоровья и здоровья окружающих людей. Гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого. Владение основными культурно-гигиеническими навыками самообслуживания. Презентация.	1	0	1	Устный опрос
2.	Основные правила противопожарной безопасности. Профилактика ожогов и обморожений. Игра. «Остров здоровья».	1	0	1	Практическая работа
3.	Социальные нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона. Лабораторная работа (использование цифровой	1	0	1	Практическая работа

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контроль ные работы	практич еские работы	
	лаборатории «Биология»). Оценка микроклимата в учебных помещениях.				
	Раздел 2. Физическая активность (2 ч)	2	0	2	
4.	История спортивных игр. Значение утренней зарядки для организма. Эстафета здоровья. Игровой спортивный конкурс.	1	0	1	Устный опрос
5.	Закаливание организма. Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Биология»). Изучение терморегуляторной и выделительной функций кожи.	1	0	1	Практическая работа
	Раздел 3. Питание (5 ч)	5	0	5	
6.	Питание – необходимое условие для жизни человека. «Мое любимое блюдо». Как питались в стародавние времена и питание нашего времени. Основы правильного питания.	1	0	1	Устный опрос
7.	Золотые правила питания. «Почему нужен завтрак». Как защититься от простуды и гриппа.	1	0	1	Практическая работа
8.	Пищевые добавки в нашей жизни. Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Биология»). 1. Исследование вкусовой чувствительности.	1	0	1	Практическая работа
9.	Проблемы здоровья, связанные с неправильным питанием. Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Биология»). 2. Определение доброкачественности некоторых продуктов питания.	1	0	1	Практическая работа
10.	Жиры, белки и углеводы – что важнее? Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Химия»): Исследование измерения кислотности молока.	1	0	1	Практическая работа
	Раздел 4. Режим дня (4 ч)	4	0	4	
11.	Режим дня в разное время года. Неправильный режим дня и его последствия. Творческое задание: 1. Планируем день.	1	0	1	Практическая работа
12.	Сон – лучшее лекарство. Анализаторы. Гигиена сна	1	0	1	Устный опрос
13.	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата. Творческое задание: 2. Мой выходной день.	1	0	1	Практическая работа
14.	Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Биология»): Обнаружение витаминов в биологических объектах.	1	0	1	Практическая работа
	Раздел 5. Гигиена (2 ч)	2	0	2	
15.	Личная гигиена. Правила личной гигиены. Средства личной гигиены. Лабораторные работы (использование цифровой лаборатории «Биология»). Микрофлора воды.	1	0	1	Практическая работа
16.	Исследование. «Самая полезная зубная паста».	1	0	1	Практическая

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
					работа
	Раздел 6. Заключение (1 ч)	1	0	1	
17.	Первая доврачебная помощь в летний период. Опасности летнего периода.	1	0	1	Зачет оценкой

6 КЛАСС (17 ч)

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
	Раздел 1. Введение (1 ч)	1	0	1	
1.	Здоровье человека. Основы здорового образа жизни. Здоровье человека и окружающая среда. Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей. Презентация.	1	0	1	Устный опрос
	Раздел 2. Здоровье человека (7 ч)	7	0	7	
2.	Из истории наук о здоровье человека. Понятие здоровья. Виды здоровья. Факторы укрепления здоровья: гигиена труда и отдыха, личная гигиена, гигиена помещений. Профилактические меры.	1	0	1	Устный опрос
3.	Практическая работа: 1. Проведение соматотропических измерений (рост, масса, пропорции тела).	1	0	1	Практическая работа
4.	Практическая работа: 2. Составление суточного энергетического рациона.	1	0	1	Практическая работа
5.	Лабораторная работа: 1. Составление таблицы кислотности продуктов питания (использование цифровой лаборатории «Биология»).	1	0	1	Практическая работа
6.	Лабораторная работа: 2. Измерение кислотности различных напитков, употребляемых в пищу (использование цифровой лаборатории «Химия»).	1	0	1	Практическая работа
7.	Лабораторная работа: 3. Обнаружение белков в биологических объектах (использование цифровой лаборатории «Химия»).	1	0	1	Практическая работа
8.	Лабораторная работа: 4. Обнаружение липидов в биологических объектах (использование цифровой лаборатории «Химия»).	1	0	1	Практическая работа
	Раздел 3. Основы здорового образа жизни (3 ч)	3	0	3	
9.	Составление индивидуальной программы здоровья. Наследственность – составная часть здоровья. Носители наследственности. Практическая работа: Диагностика здорового образа жизни. Составление индивидуальной программы здоровья.	1	0	1	Устный опрос
10.	Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Химия»): 1. Обнаружение белков в	1	0	1	Практическая работа

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контроль ные работы	практич еские работы	
	биологических объектах.				
11.	Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Химия»): 2. Обнаружение липидов в биологических объектах.	1	0	1	Практическая работа
	Раздел 4. Здоровье человека и окружающая среда (3 ч)	3	0	3	
12.	Влияние окружающей природы на здоровье человека. Практическая работа. Прогнозирование состояния здоровья населения с учётом экологического состояния своей местности.	1	0	1	Устный опрос
13.	Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Химия»): 1. Измерение кислотности различных напитков, употребляемых в пищу.	1	0	1	Практическая работа
14.	Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Химия»): 2. Исследования определения характера среды с помощью рН-метра.	1	0	1	Практическая работа
	Раздел 5. Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей (2 ч)	2	0	2	
15.	В мире интересного. Вредные и полезные растения. Лесная аптека на службе человека. Практическая работа: Определение лекарственных и ядовитых растений.	1	0	1	Устный опрос
16.	Лабораторная работа (использование цифровой лаборатории «Химия»): Исследование почвенного раствора и определение его рН при помощи датчика уровня рН.	1	0	1	Практическая работа
	Раздел 6. Заключение (1 ч)	1	0	1	
17.	Природа – источник положительных эмоций в жизни и творчестве человека.	1	0	1	Зачет оценкой с

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2020).

2. Паспорт национального проекта «Образование» (утв. президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 № 16).

3. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (утверждена постановлением Правительства РФ от 26.12.2017 № 1642 (ред. от 22.02.2021). «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования».

4. Профессиональный стандарт «Педагог (педагогическая деятельность в дошкольном, начальном общем, основном общем, среднем общем образовании), (воспитатель, учитель)» (ред. от 16.06.2019 г.) (Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 18 октября 2013г. № 544н, с изменениями, внесёнными приказом Министерства труда и соцзащиты РФ от 25 декабря 2014 г. № 1115н и от 5 августа 2016 г. № 422н).

5. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»).

6. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897) (ред.21.12.2020).

7. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413) (ред.11.12.2020).

8. Методические рекомендации по созданию и функционированию детских технопарков «Кванториум» на базе общеобразовательных организаций (утверждены распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 12 января 2021 г. № Р-4).

9. Методические рекомендации по созданию и функционированию центров цифрового образования «IT-куб» (утверждены распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 12 января 2021 г. № Р-5).

10. Методические рекомендации по созданию и функционированию в общеобразовательных организациях, расположенных в сельской местности и малых городах, центров образования естественно-научной и технологической направленностей («Точка роста») (утверждены распоряжением Министерства просвещения Российской Федерации от 12 января 2021 г. № Р-6).

11. Методическое пособие «Реализация образовательных программ естественнонаучной и технологической направленностей по биологии с использованием оборудования центра «Точка роста»» 2021 г.

12. Учебное пособие «Цифровая лаборатория «Биология»» и «Цифровая лаборатория «Химия»» 2022 г.

13. Криксунов Е. А. Экология. 10 (11) класс: Учеб. для общеобразоват. учеб. заведений / Е. А. Криксунов, В. В. Пасечник. — 6-е изд., стереотип. — М.: Дрофа, 2002. — 256 с.: ил.

14. Прохоров Б.Б., Черковец М.В. П84 Общая экология человека: Учебник. — М.: ИНФРА-М, 2016. — 424 с. + Доп. материалы [Электронный ресурс; Режим доступа <http://www.znaniium.com>]. — (Высшее образование: Бакалавриат). — www.dx.doi.org/10.12737/12368.

15. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. Основы здоровья. 6 класс: Пособие для учителя. — К.: Алатон, 2008. — 200 с. ISBN 966-7107-34-5

16. Кузьмин В.Г. Культура здорового образа жизни: Учебно-методическое пособие. — Нижний Новгород: Нижегородский госуниверситет, 2014. — 21 с.

17. Чедов К. В. Физическая культура. Здоровый образ жизни [Электронный ресурс] : учебное пособие / К. В. Чедов, Г. А. Гавролина, Т. И. Чедова ; Пермский государственный национальный исследовательский университет. — Электронные данные. — Пермь, 2020. — 1,68 Мб ; 128 с. — Режим доступа: <http://www.psu.ru/files/docs/science/books/uchebnieposobiya/fizicheskaya-kultura-zdorovuj-obraz-zhizni.pdf>. — Заглавие с экрана.

18. Гаммерман А. Ф. и др. Лекарственные растения (Растения-целители): Справ. пособие/А. Ф. Гаммерман, Г. Н. Кадаев, А. А. Яценко-Хмелевский.— 4-е изд., испр. и доп.— М.: Высш. шк., 1990.

Авторская программа внеурочной деятельности «Экология человека. Культура здоровья» 2019 г. составлена на основе программ:

1. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья. 5-6 классы / 7-8 классы / 9 класс А.Г.Макеева. — М. : Просвещение, 2016.

2. Программа: Экология. 8-11 классы: программы для общеобразовательных учреждений / сост. Г.М.Пальдяева. — М. : Дрофа.

4. Программа внеурочной деятельности. Экологическая культура и здоровый образ жизни. 8 класс. Экологическая культура и устойчивое развитие. 9 класс / Е.Н.Даятковская, А.Н.Захлёбный, Л.И.Колесникова и др. – М. : Просвещение, 2012.

При разработки настоящей рабочей программы использованы методические и учебные пособия:

1. Куприянова С.Г. Реализация внеурочной деятельности эколога-биологической направленности в условиях ФГОС ООО. Из опыта работы // Школьная педагогика. – 2017. – № 3.

2. Гусева С.Г., Санарова Г.Э. «Система классных часов. Формирование социальных навыков у обучающихся». Серия ФГОС. 5-8 классы. Духовно-нравственное развитие. – Учитель, 2019 г.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174
2. <https://login.consultant.ru/link?req=doc&base=LAW&n=319308&demo=1>
3. <http://www.consultant.ru/document/consdocLAW286474/cf742885e783e08d9387d7364e34f26f87ec138f>
4. <http://профстандартпедагога.рф>
5. <https://profstandart.rosmintrud.ru/obshchiy-infor-matsionnyy-blok/natsionalnyy-reestr-professionalnykh-standartov/reestr-professionalnykh-standartov/index.php?>
6. <https://fgos.ru>
7. http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_374695
9. http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_374572
10. http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_374694/

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБОРУДОВАНИЕ ОБЩЕЕ ЛАБОРАТОРНОЕ:

Приборы оптические:

Лупа (7-10) – 1 шт.

Лупа препаровальная – 1 шт.

Микроскоп учебный УМ-301 – 3 шт.

Посуда химическая:

Колба коническая Кн-1-500-34 – 10 шт.

Колба коническая большая – 10 шт.

Колба круглодонная большая – 5 шт.

Колба круглодонная малая – 8 шт.

Колба плоскодонная – 5 шт.

Колба узкогорлая – 2 шт.,

Пробики – 60 шт.,

Стакан химический – 8 шт.,

Склянка для веществ – 10 шт.

Приборы для проведения опытов:

Аппарат Киппа – 1 шт.,

Прибор для получения газов – 5 шт.,

Прибор для измерения корневого давления – 3 шт.,

Прибор для иллюстрации закона сохранения массы веществ (Сосуд Линдольта) – 1 шт.,

Дистиллятор – 1 шт.

Принадлежности для опытов:

Чашка Петри – 3 шт.,

Воронка лабораторная В-75-80 или В-36-80 – 13 шт.,

Зажим пробирочный ЗП – 13 шт.,

Штатив лабораторный малый с зажимом, кольцом и муфтой – 8 шт.,
Штатив лабораторный большой с зажимом, кольцом малым, кольцом большим и муфтой – 3 шт.,
Пипетки – 10 шт.,
Стекло предметное и покрывное – 30 шт.,
Штатив для пробирок – 12 шт.,
Пинцет химический – 1 шт.,
Лоток для раздаточного материала – 5 шт.,
Игла препаровальная,
Скальпель брюшистый,
Шпатель деревянный – 15 шт.,
Нож перочинный – 1 шт.,
Ступка и пестик – 12 шт.,
Тигль – 10 шт.,
Тигельные щипцы – 10 шт.,
Делительная воронка – 8 шт.,
Часовое стекло – 1 шт.,
Спиртовка – 8 шт.