

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 562
Красногвардейского района
Санкт-Петербурга

«Согласовано»
на МО
Протокол № 1
« 26 » августа 2020г.

« Принято »
на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
« 27 » августа 2020г.



Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Экология человека»
Общественноинтеллектуальное направление

Категория слушателей: 9-10 лет

Разработана:

Срок обучения: 3 класс- 34 часа

Смирнова Е.А.
учитель

Режим работы: 3 класс- 1 час в неделю

Санкт-Петербург
2020-2021

Пояснительная записка

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (ФГОС НОО) основная образовательная программа начального общего образования реализуется образовательным учреждением, в том числе и через внеурочную деятельность. Внеурочная деятельность организуется по пяти направлениям развития личности: спортивно-оздоровительное, общеинтеллектуальное, общекультурное, духовно- нравственное, социальное. Мы предлагаем программу кружка «Экология человека» для реализации общеинтеллектуального направления. В нашей школе экспериментальная проверка этой программы проходит успешно.

В современных условиях проблема экологического воспитания детей младшего возраста очень актуальна. Дети этого возраста проявляют любознательность и живой интерес к познанию мира природы и человека (как части экологической системы), что создает определенные условия для эффективного экологического образования на этом возрастном этапе. Основу изучения курса «Экология человека» составляют знания о природе, человеке, обществе.

Образовательная программа «Экология человека» направлена на формирование у школьников ответственного отношения к окружающей среде, к себе, окружающим людям. В то же время содержание программы составлено с учетом возрастных и психофизиологических особенностей учащихся начальной школы.

Цель программы: сформировать у обучающихся целостный взгляд на окружающий мир и взаимодействие человека с этим миром для сохранения своего здоровья и здоровья окружающей среды.

Задачи:

1. Формирование осознанного отношения младших школьников к своему физическому и психическому здоровью на основе целостного подхода путем передачи учащимся знаний, необходимых для развития здоровьесберегающего мышления и ориентации на здоровый образ жизни.
2. Формирование представления о здоровом образе жизни.
3. Формирование осознанных представлений о нормах и правилах поведения в природе и их соблюдение в своей жизнедеятельности.
4. Формирование важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также профилактике вредных привычек и девиантных форм поведения.
5. Формирование системы необходимых минимальных навыков поведения в ситуациях, представляющих опасность.

6. Формирование целостной картины окружающего мира, знакомство с взаимосвязями жизнедеятельности человека и природы, человека и общества.
7. Воспитание ответственного отношения к своему здоровью, природе, жизни.
8. Развитие экологического мышления и экологической грамотности.
9. Развитие потребности добывать знания из разных источников информации (энциклопедий, справочников, телепередач, научно-популярной литературы); учиться делать собственные наблюдения, организовывать опытно-экспериментальную деятельность.

Содержание программы

- 1 год обучения. «Экология и мы» (теория - 14ч., практика - 19 ч.).
- 2 год обучения. «Экология жилища и одежды» (теория - 24 ч., практика - 10 ч.).
- 3 год обучения. «Экология питания» (теория - 29 ч., практика - 5 ч.).
- 4 год обучения. «Экология родного края» (теория - 20 ч., практика - 13 ч.).

Программа «Экология человека» предполагает проведение занятий один раз в неделю. По своей структуре занятия состоят из следующих частей:

- актуализация имеющегося опыта и житейских знаний (в этой части применяются различные психологические упражнения в том числе «мозговой штурм», а также стимулирующие аудиоматериалы);
- формирование новых представлений (осуществляется с использованием психологических игр, творческих этюдов, элементов психодрамы);
- отработка личной стратегии поведения («аукционы идей», выполнение проектных и исследовательских работ, а также другие способы решения проблемных ситуаций);
- осмысление полученного опыта, рефлексия («продолжи фразу» и другие).

Универсальные компетенции, формирующиеся в процессе освоения содержания программы:

- умение организовывать собственную жизнедеятельность по достижению состояния полного благополучия;
- умение взаимодействовать с окружающим миром, со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья как социокультурного феномена;
- умение доносить информацию по взаимодействию природы и человека в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты изучения программы:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление экологосообразного поведения для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья окружающей среды;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам и окружающим людям сохранению и укреплению своего здоровья во всех его проявлениях.

Метапредметные результаты изучения программы:

- характеристика понятий «экология», «экология жилища и одежды», «экология питания», «экология родного края»;
- обеспечение защиты и сохранения своего здоровья и здоровья окружающей среды;
- планирование и организация самостоятельной деятельности (учебной и досуговой) с учетом требований сохранения и совершенствования экологосообразного поведения;
- анализ и объективная оценка результатов собственной деятельности с точки зрения возможных рисков нарушения здоровья и окружающей среды;
- управление своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия.

К концу обучения по этой программе обучающиеся должны знать: значение растений и животных в жизни человека, правила ухода за ними; организмы, приносящие ущерб хозяйству человека, и меры борьбы с ними; разносторонние связи человека с окружающей природной средой (человек - существо природное и социальное); нормы здорового образа жизни; правила безопасного поведения в природе и обществе; условия, влияющие на сохранение здоровья и жизни человека и природы; правила гигиены и ее значение в жизни человека; влияние на развитие организма вредных привычек; иметь представление о разнообразии и значении лекарственных растений края, знать правила их сбора в лечебных и оздоровительных целях, рецепты применения; историю возникновения человеческого жилья; значение питания в жизни человека, роль экологически чистых продуктов; влияние природных условий на внешний вид человека; функциональное, эстетическое и экологическое назначение парковой зоны в городском массиве; функциональное и эстетическое значение одежды человека; должны уметь: устанавливать связи между человеком, миром, созданным им и природой, понимать какое влияние оказывает на современного человека достижения науки и техники, выполнять правила поведения в природе; применять теоретические знания при общении с живыми организмами и в практической деятельности по сохранению природного окружения и своего здоровья; ухаживать за культурными растениями и домашними животными; вести

здоровый образ жизни; заботиться об окружающей среде, об улучшении качества жизни; предвидеть последствия деятельности людей в природе; улучшать состояние окружающей среды (жилища, двора, улицы, ближайшего природного окружения).

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

III класс

Экология питания

1 Вводное занятие. Беседа об охране труда жизни и деятельности при проведении практических занятий кружка «Экология человека».(1 час теория)

2 Для чего мы едим. Значение питания в жизни человека.(1 час теория)

3 Органы пищеварения.(1 час теория)

4 Наблюдения за живой и неживой природой.(1 час практика)

5 Из чего состоит наша пища.(1 час теория)

6 Энергия пищи. Из чего что получаем.(1 час теория)

7 Витамины. Их значение для человека. (1 час теория)

8 Минеральные вещества.(1 час теория)

9 Зачем нужна клетчатка? (1 час теория)

10 Вода и ее значение в жизни человека. (1 час теория)

11 Как утолить жажду или какая вода полезнее? (1 час теория)

12 Самые полезные продукты. (1 час теория)

13 Упакованная и консервированная пища. (1 час теория)

- 14 Пищевые добавки: за и против. Безопасность питания. (1 час теория)
- 15 Наблюдения за живой и неживой природой. (1 час практика)
- 16 Где и как готовят пищу. (1 час теория)
- 17 Экологически чистые продукты. (1 час теория)
- 18 Плох обед, если хлеба нет. (1 час теория)
- 19 Путешествие с хлебным зернышком «От зерна до каравая». Блюда из зерна. (1 час теория)
- 20 Молоко и молочные продукты. Откуда к нам оно пришло вкусное молоко. (1 час теория)
- 21 Как правильно накрыть стол. (1 час практика)
- 22 Как правильно есть? Что нужно есть в разное время года. (1 час теория)
- 23 Что и как можно приготовить из рыбы. (1 час теория)
- 24 Дары моря. Полезные свойства и блюда из них. (1 час теория)
- 25 Овощи, ягоды и фрукты - самые витаминные продукты. Где найти витамины? (1 час теория)
- 26 Какую пищу можно найти в лесу. Ягоды. Их витаминная ценность. (1 час теория)
- 27 Грибы. Значение грибов для человека. (1 час теория)
- 28 Орехи. Разные виды и пищевая ценность. Витаминные, съедобные травы. (1 час теория)
- 29 Пища и зубы. Что им нравится. (1 час теория)

30 Практическая работа на школьном участке. Окапывание, побелка деревьев, формирование грядок. (1 час практика)

31 Как правильно питаться, если занимаешься спортом. (1 час теория)

32 Болезни, связанные с питанием. (1 час теория)

33 Вес и контроль за весом. (1 час теория)

34 Защита проекта по теме «Экология питания». (1 час практика)

Рекомендуемая литература

Энциклопедия. Биология. М.: Аванта, 1995.

Плешаков А.А. Зеленый дом. От земли до неба. М.: Просвещение, 1998.

Поглазова О.Т. Методические рекомендации. Интегрированный курс. Смоленск: Ассоциация 21 век, 2001.

Экология. Город. Здоровье. Азбука экологической безопасности. Волгоград, 2001.

Я познаю мир. Экология; Энциклопедия. М.: АСТ, Астрель, 2006.

Тайны природы. Детская энциклопедия. М.: Махаон, 2007.

Животные. Детская энциклопедия. М. Махаон, 2007

Большая энциклопедия природы для детей. М.: Гриф-фонд, Межкнига, 1994.

Мартынов С.М. Овощи + фрукты + ягоды = здоровье. М.: Просвещение, 1993.

Я познаю мир. Животные. М.: АСТ, Астрель, 2000.

Кошки. Энциклопедия. Что есть что. Берлин. 1991.

Егорова Т.Г. Птицы в городе, рядом с нами. М.: Школьная Пресса, 2002.

Плешаков А.А. Зеленые страницы. М.: Просвещение, 1995.

Они должны жить. Птицы. М.: Лесная промышленность, 1984.

Природа вокруг тебя. Экология цивилизации. Волгоград: Книга, 1995.

Емельянов И.В., Околелова А.А. Экологическая азбука. Волгоград: Книга, 1994.

Атлас экологии планеты Земля. Волгоград: Книга, 1994.

Шустова И.Б. Азбука. Звери и птицы России. М.: Дрофа, 2006.

Шустова И.Б. Азбука. Растения России. М.: Дрофа, 2006.

По страницам Красной книги. Волгоград: Волгоград, 2007.

Красная книга. Редкие и охраняемые растения и животные.