

Рассмотрено	Согласовано	Утверждаю
Руководитель МО _____/_____/_____ ФИО	Заместитель директора по УВР лица №15» _____/_____/_____ ФИО	Директор лица № 15 _____/Л.П.Иванюженко____/ ФИО
Протокол № ____ от «__»_____20__г.	«__»_____20__г.	Приказ № ____ от «__»_____20__г.

**Направление внеурочной деятельности:
Социальное**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса **Экологическая культура человека в Кузбассе**

для учащихся _____ 8 _____
класс

Сроки реализации: 1 год

Составитель:

Скударнова Елена
Федоровна, учитель биологии
высшей категории

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол № ____
от «__»_____2023__г.

Содержание

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности -----
2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности-----
3. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы-----

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по биологии основного общего образования должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

1) гражданского воспитания:

готовность к конструктивной совместной деятельности при выполнении исследований и проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи;

2) патриотического воспитания:

отношение к биологии как к важной составляющей культуры, гордость за вклад российских и советских учёных в развитие мировой биологической науки;

3) духовно-нравственного воспитания:

готовность оценивать поведение и поступки с позиции нравственных норм и норм экологической культуры;

понимание значимости нравственного аспекта деятельности человека в медицине и биологии;

4) эстетического воспитания:

понимание роли биологии в формировании эстетической культуры личности;

5) физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил и норм, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;

соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в природной среде;

сформированность навыка рефлексии, управление собственным эмоциональным состоянием;

6) трудового воспитания:

активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, населенного пункта, края) биологической и экологической направленности, интерес к практическому изучению профессий, связанных с биологией;

7) экологического воспитания:

ориентация на применение биологических знаний при решении задач в области окружающей среды;

осознание экологических проблем и путей их решения;

готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

8) ценности научного познания:

ориентация на современную систему научных представлений об основных биологических закономерностях, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

понимание роли биологической науки в формировании научного мировоззрения;

развитие научной любознательности, интереса к биологической науке, навыков исследовательской деятельности;

9) адаптации обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

адекватная оценка изменяющихся условий;

принятие решения (индивидуальное, в группе) в изменяющихся условиях на основании анализа биологической информации;

планирование действий в новой ситуации на основании знаний биологических закономерностей.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты освоения программы по биологии основного общего образования, должны отражать овладение следующими универсальными учебными действиями:

Познавательные универсальные учебные действия

1) базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки биологических объектов (явлений);

устанавливать существенный признак классификации биологических объектов (явлений, процессов), основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

с учётом предложенной биологической задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах и наблюдениях, предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

выявлять причинно-следственные связи при изучении биологических явлений и процессов, делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной биологической задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

2) базовые исследовательские действия:

использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;

формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, и самостоятельно устанавливать искомое и данное;

формировать гипотезу об истинности собственных суждений, аргументировать свою позицию, мнение;

проводить по самостоятельно составленному плану наблюдение, несложный биологический эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей биологического объекта (процесса) изучения, причинно-следственных связей и зависимостей биологических объектов между собой;

оценивать на применимость и достоверность информацию, полученную в ходе наблюдения и эксперимента;

самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого наблюдения, эксперимента, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие биологических процессов и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

3) работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе биологической информации или данных из источников с учётом предложенной учебной биологической задачи;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать биологическую информацию различных видов и форм представления;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

оценивать надёжность биологической информации по критериям, предложенным учителем или сформулированным самостоятельно;

запоминать и систематизировать биологическую информацию.

Коммуникативные универсальные учебные действия

1) общение:

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в процессе выполнения практических и лабораторных работ;

выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;

понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;

в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой биологической темы и высказывать идеи, нацеленные на решение биологической задачи и поддержание благожелательности общения;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

публично представлять результаты выполненного биологического опыта (эксперимента, исследования, проекта);

самостоятельно выбирать формат выступления с учётом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов.

2) совместная деятельность:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной биологической проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной учебной задачи;

принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы, уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учётом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и иные);

выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия, сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой;

овладеть системой универсальных коммуникативных действий, которая обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация:

выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях, используя биологические знания;

ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной биологической задачи с учётом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учётом получения новых биологических знаний об изучаемом биологическом объекте;

делать выбор и брать ответственность за решение.

Самоконтроль, эмоциональный интеллект:

владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;

давать оценку ситуации и предлагать план её изменения;

учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной биологической задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
оценивать соответствие результата цели и условиям;
различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
выявлять и анализировать причины эмоций;
ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;
регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других

осознанно относиться к другому человеку, его мнению;
признавать своё право на ошибку и такое же право другого;
открытость себе и другим;
осознавать невозможность контролировать всё вокруг;
овладеть системой универсальных учебных регулятивных действий, которая обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности), и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности (34ч)

Введение (1ч)

Знакомство с программой курса, планом практических работ и теоретических занятий. Постановка целей и задач. Обсуждение тем проектов и формирование групп для проектной деятельности.

Формы организации: Групповая, индивидуальная
и виды деятельности: беседа, рассказ педагога, объяснение, иллюстрации, демонстрации

Раздел I развитие общества и здоровье (7ч)

Многообразие наук о человеке и их краткая характеристика. Анатомия, Физиология, Медицина, Психология, Генетика, Социология.

Здоровье: традиции и история. Краткий экскурс в историю медицины, развитие представлений о здоровом образе жизни.

Взгляд в прошлое и настоящее или уточним ваши представления о здоровье. Как многогранно понятие «здоровье» и что об этом думает каждый.

Валеология. Возникновение термина. Предмет валеологии - индивидуальное здоровье и резервы здоровья человека, а также здоровый образ жизни. Составные части валеологии: морфология (анатомия) здоровья, физиология здоровья, психология здоровья, генетика здоровья, экология здоровья.

Оценка здоровья населения. Данные ВОЗ. Здоровье жителей нашего города.

Формы организации: Групповая, индивидуальная

Виды деятельности: использование аудио- и видеоматериалов, лекция, семинар, практическое занятие

Раздел II красота и здоровье(8ч)

Что есть на здоровье. Наиболее распространенные ошибки в питании людей. Особенности, связанные с питанием в подростковом возрасте.

Знакомство с разными видами диет, их физиологическими особенностями, ошибками при их применении.

Как сохранить бодрость духа, научиться быть физически здоровым, сохранить психологический комфорт в разное время и разной ситуации.

Значение гимнастики. Виды гимнастических комплексов и их влияние на разные системы органов и организм в целом. Физическая нагрузка: вред или польза.

Закаливание. Виды. Правила закаливания. Значение для организма.

Внимание красоте. Можно ли изменить то, что дано природой. Внимание коже, волосам, ногтям.

Практическая работа 1. Многообразие диет и их физиологическая оценка

Практическая работа 2. Что включить в свой гимнастический комплекс.

Формы организации: Групповая, индивидуальная

Виды деятельности лекция, семинар, практическое занятие, беседа с приглашенными специалистами, анализ проблемных материалов

Раздел III Возможности самоконтроля (10ч)

Лики скрытой депрессии. Понятие депрессии. Причины. Прогноз. Возможности предупреждения.

Проблемы физического здоровья. Что значит здоровье физическое, основные показатели и критерии оценки качества физического здоровья. Антропометрия.

Хронология, биоритмы. Хронобиология, хрономедицина, хронофармакология. Физиологические закономерности влияния биоритмов на организм человека.

Наследственность и здоровье. Возможности современной медицины. *Дерматоглифика.*

Влияние вредных привычек на продолжительность жизни.

Практическая работа 3. Показатели физ. состояния и их оценка.

Практическая работа 4. Показатели функционального состояния и их оценка.

Практическая работа 5. Оценка режима дня и биоритмический профиль.

Практическая работа 6. Кожный рисунок руки: наследственность и здоровье.

Формы организации: Групповая, индивидуальная

Виды деятельности:

беседа с психологом, выполнение работ практикума, семинар

Раздел IV. Умей владеть собой (7ч)

Типологические и индивидуальные особенности личности. Понятие здоровая личность, зрелая личность, личностная тревожность. Резервы к совершенству. Типы нервной системы.

Воля. Внимание. Память. Характеристика, возможности развития.

Понятие коммуникативности. Проблемы общения.

Практическая работа 7. Оценка типа нервной системы (Теппинг-тест)

Практическая работа 8. определение личностной зрелости по результатам аутоаналитического опросника здоровой личности.

Формы организации: Групповая, индивидуальная

Виды деятельности:

Лекции, беседа с психологом, выполнение работ практикума, семинар

Заключение 1ч

Оценка степени освоения изученного материала.

Формы организации: Групповая, индивидуальная

Виды деятельности: выполнение работ практикума, семинар, беседа

Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отведенных на освоение каждой темы

№	Содержание программы	Количество часов		Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
		теория	практ.	
Введение 1ч				Привлекать внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений
1	Что нам предстоит узнать. Выбор тем проектов.	1		
Раздел I Развитие общества и здоровье 7ч				Организовывать их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения. Применять на уроке интерактивные формы работы с обучающимися. Создавать условия для приобретения опыта применения сформированных знаний и отношений на практике
2	Многообразие наук о человеке	5	2	
3	Здоровье: история и традиции.			
4	Взгляд в прошлое и настоящее или уточним ваши представления о здоровье.			
5	Валеология			
6	Оценка здоровья населения			
7-8	Защита проектов			
Раздел II Красота и здоровье 8ч				Воспитывать бережное отношение к природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека Организовывать для обучающихся экскурсии, экспедиции, походы и реализовывать их воспитательный потенциал..
9	Что есть «на здоровье»?	4	4	
10	п./р. Многообразие диет и их физиологическая оценка			
11	Как сохранить бодрость духа. Советы психолога			
12	п./р.Значение гимнастики и что включить в свой гимнастический комплекс.			
13	Поговорим о закаливании.			
14	Внимание красоте. Советы косметолога.			
15-16	Защита проектов			
Раздел III Возможности самоконтроля 10ч				
17	Лики скрытой депрессии или как предупредить срыв	4	6	
18	Проблемы физ. здоровья.			
19	П./р. Показатели физ. состояния и их оценка.			

20	п./р. Показатели функционального состояния и их оценка.			
21	«Все врут календари»? – хронология, биоритмы, здоровье.			
22	п./р. оценка режима дня и биоритмический профиль			
23	п./р.Кожный рисунок руки: наследственность и здоровье.			
24	Вредные привычки.			
25-26	Защита проектов			
Раздел IV. Умей владеть собой 7ч				
27	Типологические и индивидуальные особенности личности.	3	4	
28	п./р. Оценка типа нервной системы (Теппинг-тест)			
29	п./р. определение личностной зрелости по результатам аутоаналитического опросника здоровой личности.			
30	Воля. Внимание. Память. Всё в ваших руках.			
31	Твои коммуникативные способности. Психологический тренинг.			
32-33	Защита проектов			
Заключение 1ч.				
34	п./р. Составление индивидуальной программы оздоровления.		1	

Всего часов: 34

17ч.

17ч.

