

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Ваховская общеобразовательная средняя школа»  
Нижневартовский район

Согласовано: \_\_\_\_\_  
И.о зам. директора по УР  
\_\_\_\_\_ Сабаш Е.С.  
30.08.2024г.

Утверждено:  
директор:  
\_\_\_\_\_ Аев С.И.  
приказ по школе № 315 от 30.08.2024 г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности  
«Экологическая безопасность человека»**

Общеинтеллектуальное  
направление внеурочной деятельности

Срок реализации программы 1 год  
для учащихся 8 класса  
на 2024-2025 учебный год

Разработала учитель  
биологии и химии  
высшей квалификационной категории  
Андрющенко Нина Ивановна

Рассмотрено на заседании МО  
протокол № 1 от 29.08.2024г.  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_ Н.И.Андрющенко.

## Пояснительная записка

Нормативную правовую основу настоящей рабочей программы курса внеурочной деятельности «ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА» составляют следующие документы:

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
2. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.07.2022 № 568 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования»;
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74223);
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
7. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022г. № ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций»;
7. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 августа 2017 г. № 09-1672 «О направлении методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности»;
8. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации «О направлении методических рекомендаций по проведению цикла внеурочных занятий «ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА» от 15.08.2022 № 03–1190;
9. Основная образовательная программа ООО МБОУ Ваховская ОСШ (приказ от 30.08.2024 г. № 315;
10. Положение МБОУ Ваховская ОСШ «Положение о порядке разработки и утверждения рабочей программы по учебному предмету, учебному курсу (в том числе внеурочной деятельности), учебному модулю педагога, реализующего федеральные государственные образовательные стандарты начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования»» (приложение 1 к приказу от 30.08.2024 г. № 315).  
- программы внеурочной деятельности «Экологическая культура и здоровый образ жизни», авторы Е. Н. Дзятковская, А. Н. Захлебный, Л. И. Колесникова, А. Ю. Либеров, Н. М. Мамедов. - М.: Просвещение, 2012 г.

Программа разработана в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего общего образования, федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всем пространстве школьного образования в урочной и внеурочной деятельности.

### **1. Планируемые результаты достижения обучающимися требований к результатам освоения основной образовательной программы**

#### **Личностные результаты:**

- 1) знание основных принципов и правил отношения к живой природе, основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;
- 2) реализация установок здорового образа жизни;
- 3) 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.

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

**Метапредметными результатами** освоения программы являются:

- 1) 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;
- 2) 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;
- 3) способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих;
- 4) умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию.

**Предметные результаты:**

Учащиеся должны знать:

- пути решения экологических проблем, связанных с деятельностью человека;
- влияние факторов среды на генофонд человека;
- значение рационального питания для здоровья человека;
- роль биоритмов на жизнедеятельность;
- особенности квартиры как экосистемы;
- способы избавления от бытовых отходов;
- особенности среды и заболевания, связанные с ней(профессиональные, природно-очаговые, сезонные, грибковые, вирусные и бактериальные заболевания, СПИД, гепатит С), меры профилактики;
- последствия применения диоксинов, пестицидов, нитратов для здоровья;
- последствия употребления пищевых добавок, газированных напитков

Учащиеся должны уметь:

- выявлять и характеризовать позитивное и негативное влияние абиотических факторов на состояние здоровья человека;
- осознавать опасность антропогенной деятельности при её бесконтрольности;
- проводить исследование помещения на соответствие его экологическим нормативам;
- соблюдать правила применения препаратов бытовой химии;
- выявлять основные стрессогенные факторы среды;
- определять свой хронобиотип;
- анализировать с экологической точки зрения состояние квартиры;
- грамотно оформлять полученные результаты исследований в виде отчётов, таблиц;
- определять собственную позицию по отношению к экологическим проблемам современности, которые отражаются на здоровье человека;
- использовать ресурсы Интернета, работать с учебной и научно-популярной литературой, с периодическими изданиями.

## **2.СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

**Общее количество часов-35 часов**

### **Раздел 1. Человек в биосфере (2ч).**

**Основные этапы взаимодействия общества и природы.**

История отношений человека и природы. Последствия деятельности человека. Снижение биоразнообразия на Земле. Закон социальной экологии как норматив антропогенной деятельности.

Раздел 2.

### **Влияние живой природы на здоровье человека (3ч.)**

#### **Значение леса в природе и жизни человека.**

Воздухоохранная роль леса: регулирование баланса кислорода и углекислого газа, влияние на микроклимат, ослабление радиации, защита от шума, выделение фитонцидов. «Космическая» роль леса. Лекарственные ресурсы леса. Дикорастущие лекарственные растения. Рекреационное значение лесов. Уникальные лесные массивы.

#### **Ядовитые представители флоры и фауны ХМАО.**

Ядовитые растения ХМАО. Зависимость степени ядовитости от освещённости, влажности, стадии развития растений. Признаки отравления. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями.

Ядовитые животные ХМАО. Первая доврачебная помощь при повреждении кожных покровов ядовитыми растениями при укусе насекомыми, ядовитыми змеями и т.д.

#### **Влияние ландшафта на здоровье человека.**

Эстетическая роль ландшафта в жизни человека. Роль комнатных растений в доме. Подбор растений для озеленения определённого участка.

Раздел 3

### **Химическое загрязнение среды и здоровье человека (8 ч.)**

Современное состояние природной среды. Глобальные экологические проблемы: парниковый эффект, кислотные дожди, уничтожение лесов, разрушение почв, опустынивание.

#### **Диоксины – химическая чума 21 века**

Источники поступления диоксинов в окружающую среду. Признаки поражения диоксинами. Опасность диоксинов. Последствия воздействия диоксинов на здоровье человека

#### **Нитраты, пестициды и болезни людей**

Природные и антропогенные источники нитратов .Нитраты и болезни людей . Распределение нитратов в растениях .Влияние факторов на содержание нитратов .Нитраты в продуктах питания и кормах. Метаболизм нитратов в организме человека . Отравление нитратами . Экологические последствия распространения нитратов .Снижение содержания нитратов в продуктах при хранении и кулинарная обработка .

Пагубные последствия бесконтрольного использования удобрений и гербицидов в сельском хозяйстве.

#### **Токсические вещества и профессиональные заболевания.**

Основные источники поступления экотоксикантов. Влияние токсичных металлов на организм (свинец, ртуть, алюминий, кадмий)

Производственные яды и их действие. Меры борьбы с профессиональными отравлениями.

Причины возникновения «пылевых» заболеваний

Виды и причины профессиональных болезней. Профилактика профессиональных болезней.

#### **Антибиотики: мифы и реальность .**

Плюсы и минусы антибиотиков. «Старые» антибиотики. Побочные действия антибиотиков. Перенасыщение организма лекарствами и последствия для генофонда. Аллергия на лекарства. Непереносимость лекарств.

#### **Влияние звуков на человека.**

Слуховая чувствительность. Шумовое загрязнение, уровень шума. Шумовая болезнь.

#### **Радиация в биосфере.**

Источники радиоактивного загрязнения биосферы. Влияние радионуклидов на организм человека.

Раздел 4

### **Экосистемы (5ч)**

Общая характеристика экосистем. Энергопотребление и потоки веществ в экосистемах. Влияние среды на здоровье человека. Влияние автотранспорта на окружающую среду. Экологизация автотранспорта. Проблема твердых бытовых отходов, их утилизация. Сортировка и переработка отходов. Производство биологически разлагаемых материалов. Водосбережение и энергосбережение в городских экосистемах. Озеленение городов.

#### Практические работы

*«Изучение различных видов транспорта и его влияния на окружающую среду»*

*«Изучение растительности, произрастающей на разном расстоянии от автомагистралей»*

## «Рациональное использование воды»

Раздел 5

### Экология жилища и здоровье человека (4 ч)

#### Квартира как экосистема.

Составляющие экосистемы квартиры. Отделочные материалы, оценка их безопасности. Источники загрязнения в жилище. Использование фитонцидных растений в интерьере.

#### Практическая работа

#### «Оценка экологической безопасности своего дома, квартиры».

#### Влияние цвета на организм человека

Холодные и тёплые цвета. Происхождение названий цветов

Психологическая характеристика цвета, воздействие на организм. Цветотерапия .

Требования к цвету в интерьерах жилых, общественных и производственных зданий. Цвет в трудовой и учебной деятельности.

Раздел 6

### Безопасное питание (6 ч).

#### Посуда пищевого назначения

Посуда из стекла, керамики, пластмассы. Тefлоновая посуда. Влияние применения посуды пищевого назначения для здоровья.

#### Что мы пьём?

Газированные напитки. Влияние газированных напитков на здоровье.

#### Пищевые добавки

Классификация пищевых добавок, их влияние на организм человека.

#### Диеты и культура питания

Рациональное питание, нормы питания. Диеты. Вегетарианское питание. Сыроедение Проблемы, связанные с неправильным питанием: анорексия, ожирение, заболевания.

#### Роль двигательной активности .

Раздел 7

### Адаптация человека к окружающей среде ( 2 ч).

#### Проблемы адаптации человека к окружающей среде.

Способность адаптироваться к новым условиям. Напряжение, утомление. Спринтеры и стайеры.

#### Биологические ритмы.

Классификация биоритмов: физиологические, экологические (сезонные, суточные, приливные, лунные). Ритмические явления природы. Фотопериодизм.

Влияние биоритмов на физическую работоспособность. «Голубь», «жаворонок», «сова» их совместимость в общежитиях. Учёт и использование биоритмов в повышении производительности труда, лечении и профилактике заболеваний.

### Раздел 8. Защита творческих проектов (2ч).

#### Форма проведения занятий:

Уроки: практикумы, лекция, обсуждения, решения практических задач, рассуждения, поиска решения, исследования, семинар, игра, круглый стол.

### 3. Тематическое планирование.

Тема	Количество часов	Теория	Практика
1. Человек в биосфере	2	2	-
2. Влияние живой природы на организм человека	3	3	-
3. Химическое загрязнение среды и здоровье человека	8	8	-
4. Экосистемы	7	4	3
5. Экология жилища и здоровье человека	4	3	1
6. Безопасное питание	6	6	-

7.Адаптация человека к окружающей среде	2	2	-
8. Защита проектов	2	2	-
<b>Итого</b>	<b>34</b>	<b>30</b>	<b>4</b>

