

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №25»**

**КОПИЯ**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности  
«Экология здоровья»  
3 класс**

**на 2023 -2024 учебный год**

**г. Нижневартовск 2023**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по экологии здоровья начального общего образования на базовом уровне составлена на основе Требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте среднего общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленных в федеральной рабочей программе воспитания.

Рабочая программа начального общего образования на базовом уровне отражает основные требования Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования к личностным, метапредметным и предметным результатам освоения образовательных программ и составлена с учётом Концепции развития географического образования в Российской Федерации, принятой на Всероссийском съезде учителей географии и утверждённой Решением Коллегии Министерства просвещения и науки Российской Федерации от 24.12.2018 года.

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА «ЭКОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ»**

Экология здоровья – это один из немногих внеурочных предметов, способных успешно выполнить задачу интеграции содержания образования в области естественных и общественных наук.

В основу содержания предмета положено изучение здоровья человека. Факторами, определяющими содержательную часть, явились интегративность, междисциплинарность, практико-ориентированность, экологизация, что позволило более чётко представить реалии происходящих в современном мире геополитических, межнациональных и межгосударственных, социокультурных, социально-экономических, геоэкологических событий и процессов.

### **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ЭКОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ»**

Цели изучения экологии здоровья на базовом уровне в начальной школе направлены на:

1. формирование установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
2. развитие навыков самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
3. обучение способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.
4. ответственность за сохранение естественного природного окружения;
5. ответственность за свое здоровье и здоровье других людей как личную и общественную ценность;

6. развитие и гармонизация личности, как экологически оптимальный путь сохранения духовного и физического здоровья общества.

### **МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ГЕОГРАФИЯ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебным планом на изучение экологии здоровья на базовом уровне в 3 классе отводится 34 часа: по одному часу в неделю.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ЭКОЛОГИЯ ЗДООВЬЯ»**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения обучающимися основной образовательной программы начального общего образования должны отражать готовность и способность обучающихся руководствоваться сформированной внутренней позицией личности, системой ценностных ориентаций, позитивных внутренних убеждений, соответствующих традиционным ценностям российского общества, расширение жизненного опыта и опыта деятельности в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

#### **духовно-нравственного воспитания:**

- осознание духовных ценностей человека;
- сформированность нравственного сознания, этического поведения;
- способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности;
- осознание личного вклада в построение устойчивого будущего на основе формирования элементов экологической культуры;
- ответственное отношение к своим родителям, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России;

#### **эстетического воспитания:**

- способность воспринимать различные виды искусства, традиции и творчество своего и других народов, ощущать эмоциональное воздействие искусства;
- убежденность в значимости для личности и общества отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества;
- готовность к самовыражению в разных видах искусства, стремление проявлять качества творческой личности;

#### **физического воспитания:**

- сформированность здорового и безопасного образа жизни, в том числе безопасного поведения в природной среде, ответственного отношения к своему здоровью;
- потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью;
- активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью;

#### **трудового воспитания:**

- готовность к труду, осознание ценности мастерства, трудолюбие;
- готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность;

- интерес к различным сферам профессиональной деятельности в области географических наук, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы;
- готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни;

#### **экологического воспитания:**

- сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды, осознание глобального характера экологических проблем и географических особенностей их проявления;
- планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;
- умение прогнозировать, в том числе на основе применения географических знаний, неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их;
- расширение опыта деятельности экологической направленности;

#### **ценности научного познания:**

- сформированность мировоззрения, соответствующего современному совершенствованию языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира для применения различных источников географической информации в решении учебных и (или) практико-ориентированных задач;
- осознание ценности научной деятельности, готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность в географических науках индивидуально и в группе.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы среднего общего образования должны отражать:

**Овладение универсальными учебными познавательными действиями:**

#### **а) базовые логические действия:**

- самостоятельно формулировать и актуализировать проблемы, которые могут быть решены с использованием экологических знаний, рассматривать их всесторонне;
- определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения;
- разрабатывать план решения экологической задачи с учётом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов;
- выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях с учётом предложенной экологической задачи;
- вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям;

- координировать и выполнять работу при решении экологических задач в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;
- креативно мыслить при поиске путей решения жизненных проблем, имеющих экологические аспекты;

**б) базовые исследовательские действия:**

- владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем, способностью и готовностью к самостоятельному поиску методов решения практических экологических задач, применению различных методов познания природных, социально-экономических и геоэкологических объектов, процессов и явлений;
- владеть видами деятельности по получению нового экологического знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе при создании учебных и социальных проектов;
- владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами;
- формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать гипотезу её решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения;
- анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях;
- давать оценку новым ситуациям, оценивать приобретённый опыт;
- уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности;
- уметь интегрировать знания из разных предметных областей;
- выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения, ставить проблемы и задачи, допускающие альтернативные решения;

**в) работа с информацией:**

- выбирать и использовать различные источники экологической информации, необходимые для изучения проблем, которые могут быть решены средствами экологии, и поиска путей их решения, для анализа, систематизации и интерпретации информации различных видов и форм представления;
- выбирать оптимальную форму представления и визуализации информации с учётом её назначения (тексты, картосхемы, диаграммы и т. д.);
- оценивать достоверность информации;
- владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности;

**Овладение универсальными коммуникативными действиями:**

**а) общение:**

- владеть различными способами общения и взаимодействия;
- аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации;

- сопоставлять свои суждения по экологическим вопросам с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций, задавать вопросы по существу обсуждаемой темы;
- развёрнуто и логично излагать свою точку зрения по экологическим аспектам различных вопросов с использованием языковых средств;

**б) совместная деятельность:**

- использовать преимущества командной и индивидуальной работы;
- выбирать тематику и методы совместных действий с учётом общих интересов и возможностей каждого члена коллектива;
- принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по её достижению: составлять план действий, распределять роли с учётом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы;
- оценивать качество своего вклада и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям;
- предлагать новые проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости;

**Овладение универсальными регулятивными действиями:**

**а) самоорганизация:**

- самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений;
- давать оценку новым ситуациям;
- делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение;
- оценивать приобретённый опыт;
- способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний, постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень;

**б) самоконтроль:**

- давать оценку новым ситуациям, оценивать соответствие результатов целям;
- владеть навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований;
- оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению;
- использовать приёмы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения;
- принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности;

**в) эмоциональный интеллект, предполагающий сформированность:**

- самосознания, включающего способность понимать своё эмоциональное состояние, видеть направления развития собственной эмоциональной сферы, быть уверенным в себе;

- саморегулирования, включающего самоконтроль, умение принимать ответственность за своё поведение, способность адаптироваться к эмоциональным изменениям и проявлять гибкость, быть открытым новому;
- внутренней мотивации, включающей стремление к достижению цели и успеху, оптимизм, инициативность, умение действовать, исходя из своих возможностей;
- эмпатии, включающей способность понимать эмоциональное состояние других, учитывать его при осуществлении коммуникации, способность к сочувствию и сопереживанию;
- социальных навыков, включающих способность выстраивать отношения с другими людьми, заботиться, проявлять интерес и разрешать конфликты.

#### **г) принятие себя и других:**

- принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства;
- принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности;
- признавать своё право и право других на ошибки;
- развивать способность понимать мир с позиции другого человека.

#### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Требования к предметным результатам освоения курса экологии здоровья на базовом уровне должны отражать:

1) понимание роли и места современной экологической науки в системе научных дисциплин, её участия в решении важнейших проблем человечества;

2) освоение и применение знаний о здоровье человека;

3) сформированность системы комплексных социально ориентированных экологических знаний о закономерностях развития организма человека, строения человека; формулировать и/или обосновывать выводы на основе использования геоэкологических знаний;

4) сформированность умений находить и использовать различные источники информации для получения новых знаний о здоровье и организме человека; определять и находить в комплексе источников недостоверную и противоречивую информацию для решения учебных и (или) практико-ориентированных задач; самостоятельно находить, отбирать и применять различные методы познания для решения практико-ориентированных задач;

5) владение умениями анализа и интерпретации информации из различных источников: находить, отбирать, систематизировать информацию, необходимую для изучения организма человека; формулировать выводы и заключения на основе анализа и интерпретации информации из различных источников; критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников; использовать различные источники географической информации для решения учебных и (или) практико-ориентированных задач;



б) сформированность знаний об основных проблемах взаимодействия природы и общества, о природных и социально-экономических аспектах экологических проблем.

## СОДЕРЖАНИЕ ВНЕУРОЧНОГО ПРЕДМЕТА «ЭКОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЯ»

### **Секреты здоровья**

Режим дня. Комплекс утренней гимнастики. Гигиена зубов, ротовой полости, кожи. Уход за руками и ногами. Охрана зрения, слуха. Профилактика сколиоза, плоскостопия. Профилактика простудных заболеваний. Закаливание. Лекарственные растения. Вред курения, употребления алкоголя и наркотиков для организма. Зависимость благополучия и хорошего настроения от умения управлять своими эмоциями. Сон – лучшее лекарство. Питание – необходимое условие жизнедеятельности. Режим питания. Полезные продукты. Витамины.

### **Экология**

Доброта, отзывчивость и внимание к окружающим (людям, природе) сопровождается готовностью ребенка оказать помощь нуждающимся в ней.

### **Правила поведения в природе.**

Правила поведения в природе, меры личной безопасности.

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Формы проведения	Дата		Причина корректировки
				По плану	По факту	
<b>Секреты здоровья</b>						
1	Вредные привычки.	1	Беседа, презентация			
2	Вредные привычки.	1	Игра			
3	Азбука питания.	1	Беседа, презентация			
4	Как избежать отравлений?	1	Беседа, игра			
5	Исследовательский проект: «Как избежать отравление грибами?»	1	Беседа, презентация			
6	Исследовательский проект: «Как избежать отравление грибами?»	1	ПР			
7	Исследовательский проект: «Как избежать отравление грибами?»	1	ПР			
8	Зелёная аптека.	1	Беседа, презентация			
9	Зелёная аптека.	1	Беседа, игра			
10	Исследовательский проект: «Почему необходимы лекарственные растения?»	1	ПР			
11	Исследовательский проект: «Почему необходимы лекарственные растения?»	1	ПР			
12	Исследовательский проект: «Почему необходимы лекарственные растения?»	1	ПР			
13	Комплекс упражнений для профилактики простудных заболеваний.	1	Беседа, презентация			
14	Глаза – главные помощники человека.	1	Беседа, презентация			
15	Исследовательский проект «Мой путь к здоровью»	1	ПР			
16	Исследовательский проект «Мой путь к	1	ПР			

	здоровью»					
17	Исследовательский проект «Мой путь к здоровью»	1	ПР			
18	Обобщение по разделу. Игра «По тропе здоровья».	1	Беседа, презентация			
<b>Экология</b>						
19	Где живут наши меньшие братья?	1	Беседа, презентация			
20	Исследовательский проект: «Мой питомец».	1	ПР			
21	Исследовательский проект: «Мой питомец».	1	ПР			
22	Исследовательский проект: «Мой питомец».	1	ПР			
23	Как мы помогаем природе?	1	Беседа, презентация			
24	Растения под нашей защитой.	1	Беседа, презентация			
25	Исследовательский проект: «Какие растения занесены в Красную книгу»	1	ПР			
26	Исследовательский проект: «Какие растения занесены в Красную книгу»	1	ПР			
27	О тех, кого мы не любим.	1	Беседа, презентация			
28	Природа – наш дом.	1	Беседа, игра			
<b>Правила поведения в природе</b>						
29	Как уберечься от укусов насекомых?	1	Беседа, презентация			
30	Исследовательский проект: «Чем опасны насекомые?»	1	ПР			
31	Исследовательский проект: «Чем опасны насекомые?»	1	ПР			
32	Как уберечься от ушибов и переломов?	1	ПР			

33	Правила безопасности во время грозы.	1	Беседа, презентация			
34	Обобщение по разделу. Игра «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».	1	Беседа, игра			

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Бурова Л.И. Экологическая практика учащихся начальной школы: Пособие для учителя/ Л. И. Бурова, Г.П.Сеничева, А.В.Сорокина.– Вологда,2004.–72 с.–(ВИРО).
2. Маханева М.Д. Экологическое развитие детей дошкольного и младшего школьного возраста: Методическое пособие для воспитателей ДООУ и педагогов начальной школы.–М.:АРКТИ,2004.–320 с.–(Развитие и воспитание ребенка).
3. Основы экологии – младшим школьникам: Практическое пособие.– М.:АРКТИ,2006.–88 с.–(Развитие и воспитание).
4. Павлова Т.Н. Воспитание у младших школьников этического отношения к животным: Методическое пособие.–Вологда,2008.–60 с.–(ВИРО).
5. Рыжова Н.А. Экологический проект "Мое дерево".–М.: ООО "Карпуз-дидактика", ТЦ "Сфера",2006.–256 с.: ил.– (Программа "Наш дом – природа").–В пер.
6. Рыжова Н.А. "Напиши письмо сове": Экологический проект для детских садов и начальной школы.–М.:ООО "Карпуз-дидактика", ТЦ "Сфера",2007.–272 с.: ил.–В пер.
7. Рыжова Н.А. Деревья: От Акации до Ясеня.–М.:ООО "Карпуз-дидактика", ТЦ "Сфера", 2006.–192 с.: ил.–(Программа "Наш дом – природа").–В пер.
8. Анастасова Л.П., Ижевский П.В., Иванова Н.В., Смирнов А.Т., Маслов М.В. Основы безопасности жизнедеятельности для 1–4 классов начальной школы. Программы образовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. Начальная школа. Основная школа. Средняя (полная) школа: базовый и профильный уровни. (Под редакцией А.Т. Смирнова) Москва «Просвещение», 2008.
9. Борисова У.С. Программа курса валеологии «Расти здоровым».<http://festival.1september.ru/articles/312400/>
10. Басова Е.Д. Валеологическое образование в начальной школе//Управление начальной школой. № 2, 2010.
11. Мелентьева М.С., Раицкий А.А. Образовательная программа по валеологии (для начальной школы). <http://festival.1september.ru/articles/213370/>
12. Шакурова И.И. Авторская программа «Я расту здоровым»//Учительская. Июль 2009. Институт развития образования Республики Татарстан.
13. Умнягина Е.Г. Программа курса «Азбука здоровья» для младших школьников. <http://festival.1september.ru/articles/519723/>
14. Зимние подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2009.

15. Клуб здоровья и долголетия. <http://www.100let.net/index.htm>
  16. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы (1-4 классы). – М.: ВАКО, 2007.
  17. Подвижные игры: 1–4 классы./ Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. – М.: ВАКО, 2007.
- Правила безопасного поведения в быту. <http://theobg.by.ru/bit.htm>