

муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5»

Топилина Светлана Анатольевна
С=RU, S=Красноярский край, L=Минусинск, Т=Директор, О=“
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ “СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5””””
СНИЛС=04518978792, ИНН=242300145763,
E=ukaminbuh@yandex.ru, G=Светлана Анатольевна,
SN=Топилина, CN=Топилина Светлана Анатольевна
место подписания

Утверждено в составе ООП ООО
приказом от 31.08.2023 № 01-04-197

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности

ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

(наименование предмета, курса)

Маленчук Татьяна Николаевна

Ф.И.О. педагога, разработавшего и реализующего учебный предмет, курс

5 – 6 классы

класс (параллель), в котором изучается учебный предмет, курс

2 года

срок реализации рабочей программы

Минусинск
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена в соответствии с законом Российской Федерации «Об образовании РФ», требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (ФГОС ООО); требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования МОБУ «СОШ №5» (личностным, метапредметным, предметным); программы развития МОБУ «СОШ №5», учебного плана внеурочной деятельности МОБУ «СОШ №5». В ней соблюдается преемственность с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования; учитываются возрастные и психологические особенности школьников, обучающихся на ступени основного общего образования, учитываются межпредметные связи. Программа ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся.

Сегодня всё население планеты включено в общественные отношения, непосредственно или опосредованно связанные с окружающей средой. Современный человек в повседневной жизни часто оказывается в ситуациях, требующих принятия экологически оправданных решений. А это значит, что каждому человеку, вне зависимости от сферы профессиональной деятельности, предпочтений и увлечений, необходимо владеть экологическими знаниями, ориентироваться на экологическую безопасность.

Устойчивое развитие сегодня возможно только при осознанном и заинтересованном участии экологической деятельности всех людей, в первую очередь наиболее активной части населения — учащейся молодёжи. Современным школьникам важно научиться жить в мире, который стоит перед очевидными и очень сложными для решения экологическими вопросами. Этим и обусловлена актуальность данной программы внеурочной деятельности.

Реализация программы в школах страны поможет построить экологически безопасное будущее для каждого человека и позволит школьнику находить баланс между своими потребностями и природой. Кроме того, реализация программы поможет формированию субъектной позиции школьников в сфере экологии, заключающейся в их отказе от пассивной роли созерцателя и переходе к активному и осознанному включению в решение экологических проблем.

Программа поможет ребёнку:

- в формировании экологических знаний, в развитии его ценностного отношения к природе, в организации его экологически сообразной деятельности. Это позволит ребёнку получить представление о современном состоянии экологии города, страны, планеты; об основных экологических понятиях и проблемах; научиться проводить простейшие исследования в сфере экологии; проявлять заботу о природе; получить опыт экологической деятельности;
- приобрести знания о взаимодействии и взаимосвязи природы, общества и человека, что позволит сформировать готовность к бережному отношению к природе, к самоограничению в потреблении материальных благ в целях сохранения окружающей среды;
- в познании себя, своих мотивов, устремлений, склонностей. Эти навыки помогут ребёнку стать увереннее в себе, честнее с самим собой, понимать и оценивать степень влияния других людей на свои решения, оценивать влияние собственных решений на состояние окружающей природы и собственного здоровья;
- понять необходимость ежедневных усилий по поддержанию чистоты в доме, на улице, в лесу, по сортировке мусора, по минимизации использования пластика в быту, по экономии ресурсов, по соблюдению правил здорового образа жизни и т. п.;
- в планировании своего жизненного и профессионального пути, для которого будет естественен экологический образ жизни.

Программа направлена на развитие у обучающихся мотивации и готовности к повышению своей экологической грамотности. Выполнение учащимися исследовательских Программ проектов в рамках программ способствует развитию коммуникативных, регулятивных и познавательных универсальных учебных действий. Взаимосвязь с программой воспитания Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций Программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося. Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как природа, здоровье, гражданственность, экологическая культура, и направлена на развитие мотивации и готовности к повышению своей экологической грамотности; способности обнаруживать экологические проблемы в повседневной жизни; действовать предусмотрительно; осознанно придерживаться ресурсосберегающего поведения, здорового и экологически безопасного образа жизни; вести работу по экологическому просвещению; ценить природу как источник духовного развития, информации, красоты, здоровья, материального благополучия. Основными целями экологического образования являются формирование научного знания: - об экологических связях в окружающем мире, их противоречиях; экологических рисках и способах их контроля; - об этических и правовых нормах экологической безопасности; - об историческом опыте экологической культуры разных народов; - о правилах экологически сообразного здорового образа жизни; - об экологической составляющей разных фрагментов культуры человечества. Деятельностным средством формирования у обучающихся экологической грамотности и основ экологической культуры выступает развитие у них

- экологического мышления,
- рефлексивно-оценочных действий по определению личного смысла ценностей природы, здоровья, экологической безопасности;
- способов экологически ориентированной проектной деятельности;
- готовности к общественной деятельности экологической направленности.

В разнообразных лично и социально значимых учебно-проектных и социально-практических ситуациях с экологической и здоровьесберегающей тематикой можно применить системно - деятельностный подход. Формируется личный опыт самоограничения при решении ключевого противоречия экологического сознания этого возраста «хочу — нельзя» и его эмоционально-ценностного переживания. Основными источниками содержания выступают экологические образы в традициях и творчестве разных народов, художественной литературе, искусстве, а также элементы научного знания. Формируемые ценности: природа, здоровье, экологическая культура, экологически безопасное поведение, гражданское общество, этнокультурная и общероссийская идентичность; устойчивое развитие страны; экологическая этика; здоровье как личная и общественная категория; социальное партнёрство по вопросам улучшения экологического качества окружающей среды и здоровья населения; экологически целесообразный здоровый и безопасный образ жизни; экологическая культура; гражданская ответственность за настоящее и будущее своей страны; эколого-культурные традиции многонационального народа России. Накапливается опыт проектирования экологически безопасной среды жизни; учебного и социального позиционирования в жизненных экологических ситуациях в качестве гражданина, представителя местного сообщества, потребителя, члена семьи. Формируется опыт решения противоречий экологического сознания подросткового возраста (индивидуальное — коллективное, мораль — право, наука — традиции бытового поведения). Ведущие источники отбора содержания — наука, технология, экологическое право, экологическая этика, экологическая культура разных социальных групп, отдельных личностей. Основное педагогическое средство организации работы факультатива: развивающие ситуации учебно-проектного типа. Программа направлена - на развитие познавательных

универсальных учебных действий младших подростков: расширение видов источников информации, в которых обучающийся может самостоятельно найти необходимую информацию, обработать её, преобразовать и публично представить;

- освоение экосистемной познавательной модели и её применение для выявления экологических опасностей в узнаваемых жизненных ситуациях;

- формирование коммуникативных умений работы в малых группах сотрудничества; чувственно-эмоционального опыта общения с природными объектами;

- регулятивных умений осознанного самоограничения в целях ресурсосбережения; ведения эколого-просветительской деятельности

- субъект-субъектного прагматического отношения к природе; ценности принципа предосторожности

Взаимосвязь с программой воспитания. Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций примерной рабочей программы воспитания для общеобразовательных организаций. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка. Это проявляется:

— в возможности включения школьников в деятельность, организуемую в рамках модулей программы воспитания: Программа курса внеурочной деятельности «Внеурочная деятельность», «Экскурсии, экспедиции, походы», «Школьные медиа», «Организация предметно-эстетической среды», «Профорентация»;

— в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную деятельность с педагогом и другими детьми.

Особенности работы педагога по программе. Педагог, работающий по программе «Экологический образ жизни», старается раскрыть потенциал каждого школьника через вовлечение его в различные формы деятельности. При этом результатом работы педагога в первую очередь является личностное развитие ребёнка. Личностных результатов педагог может достичь, увлекая ребёнка совместной и интересной им обоим деятельностью, устанавливая во время занятий доброжелательную, поддерживающую атмосферу, наполняя занятия ценностным содержанием. Примерная схема проведения занятий по программе может быть такой:

- приветствие школьников;
- эмоциональная разрядка (короткие игры, маленькая притча, размышления детей о предложенном высказывании или цитате и т. п.) ;
- актуализация темы предстоящего занятия; б работа по теме занятия;
- рефлексия.

Особенностью занятий является их интерактивность и многообразие используемых педагогом форм работы: в ходе даже одного занятия педагог может чередовать разнообразные игры, практикумы, групповую работу, обмен мнениями, мозговой штурм, дискуссии. Кроме того, программа предусматривает организацию экскурсий, практикумов, интервью, проведение которых будет более успешным при участии самих школьников в их организации, при участии других педагогов и сотрудников школы, родителей и социальных партнёров школы

Место в учебном плане

Программа рассчитана на 68 часов: 34 часа в 5 классе и 34 часа – в 6 классе(1 час в неделю, 34 учебные недели).

ПЛАНИРУЕМЫЕ 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 выражать 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 КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

5 класс

1. Введение. Культура здоровья. Охрана и укрепление здоровья и здоровья окружающих людей. Вредные привычки. Овладение основными культурно-гигиеническими навыками самообслуживания. Средства личной гигиены. Основные

правила противопожарной безопасности. Профилактика ожогов и обморожений. Презентация

2. Физическая активность .История игр. Спортивный квест. Творческий проект «Игротека». Исследовательский проект «Движение и здоровье». Эстафета здоровья.

3. Питание .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. Исследование «Почему нужен завтрак». Творческий проект «Мое любимое блюдо».

4. Режим дня. Творческое задание «Планируем день». Сон – лучшее лекарство. Игровой проект «Советуем литературному герою». Творческое задание «Мой выходной день». Неправильный режим дня и его последствия. Режим дня в разное время года

5. Гигиена Викторина по правилам личной гигиены. Вредные привычки. Исследование «Самая полезная зубная паста»

6. Заключение Игра «Правила твои друзья – забывать друзей нельзя!». Игра «Я здоровье берегу, сам себе я помогу».

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Виды деятельности учащихся
1	Введение. Культура здоровья	6	Охрана и укрепление здоровья и здоровья окружающих людей. Вредные привычки. Овладение основными культурно-гигиеническими навыками самообслуживания. Средства личной гигиены. Основные правила противопожарной безопасности. Профилактика ожогов и обморожений	беседа, групповая работа
2	Физическая активность	7	История игр. Спортивный квест. Творческий проект «Игротека». Исследовательский проект «Движение и здоровье». Эстафета здоровья	Представление участников программы. Участие в играх, помогающих познакомиться, снять напряжение, установить доверительную атмосферу (например, «Никто не знает, что я...», «Расскажи мне о себе» и т. п.). Высказывание детьми своих ожиданий от занятий по программе курса внеурочной

				деятельности «Экологический образ жизни» с использованием игры «Разворачивающаяся кооперация»
3	Питание	10	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. Исследование «Почему нужен завтрак». Творческий проект «Мое любимое блюдо».	Знакомство с таблицами энергетической ценности продуктов питания, соотношением белков, жиров и углеводов в них. Составление сбалансированного меню, в приготовлении блюд которого дома может принять участие школьник. Правила хранения продуктов. Вегетарианство. Расчёт массы тела. Анорексия. Питание во время стрессовых ситуаций Беседа о плюсах и минусах домашней еды и фастфуда, о способах хранения продуктов, о минимизации использования пластика при совершении покупок продуктов в магазине. Экскурсия в школьную столовую, встреча с поварами, интервью с поваром об уменьшении калорийности блюд при сохранении питательности, о том, как влияют соль и сахар на здоровье человека, о том, как сохранить в приготовленных блюдах витамины и минералы. Игра «От стресса», в процессе которой школьники называют те продукты, которые, на их взгляд, помогают справиться со стрессом
4	Режим дня	6	Творческое задание «Планируем день». Сон – лучшее лекарство. Игровой	работа в группах

			проект «Советуем литературному герою». Творческое задание «Мой выходной день». Неправильный режим дня и его последствия. Режим дня в разное время года	
5	Гигиена	4	Потребность подростка в еде: калории; белки, жиры и углеводы; вода; витамины. Количество приёмов пищи. Домашняя еда и фастфуд. Упаковка для еды в Знакомство с таблицами энергетической ценности продуктов питания, соотношением белков, жиров и углеводов в них. Составление сбалансированного меню, в приготовлении блюд которого дома может принять участие школьник. Вегетарианство. Расчёт массы тела. Анорексия. Питание во время	Беседа о плюсах и минусах домашней еды, о способах хранения продуктов, о минимизации использования пластика при совершении покупок продуктов в магазине. Экскурсия в школьную столовую, встреча с поварами, интервью с поваром об уменьшении калорийности блюд при сохранении питательности, о том, как влияют соль и сахар на здоровье человека, о том, как сохранить в приготовленных блюдах витамины и минералы, разработка группового проекта
6	Заключение	1		

6 класс

Программа внеурочной деятельности состоит из 7 модулей:

-«Вот мы и в школе»: личная гигиена, значение утренней зарядки для организма –

«Питание и здоровье»: основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого

-«Моё здоровье в моих руках»: влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата

- «Я в школе и дома»: социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона
- «Чтоб забыть про докторов»: закаливание организма
- «Я и моё ближайшее окружение»: развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, настроение в школе и дома
- «Вот и стали мы на год взрослей»: первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Виды деятельности учащихся
1	Вот мы и в школе	4	«Вот мы и в школе»: личная гигиена, значение утренней зарядки для организма - «Питание и здоровье»: основы правильного питания, гигиенические навыки	работа в группах, беседа
2	«Питание и здоровье»	5	«Питание и здоровье»: основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого	работа в группах, беседа «Полезные и вредные продукты. Гигиена правильной осанки»Мой внешний вид –залог здоровья
3	Моё здоровье в моих руках	7	Влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата. Взаимосвязь экологического образа жизни и здоровья человека. Звук и здоровье. «Шумовое	Беседа о связи экологического образа жизни и здоровья человека. Игра «Громко-тихо», в процессе которой школьники ранжируют звуки от самого тихого до самого громкого. Беседа о том, к чему приводят громкие крики в лесу; какие наушники надо использовать при прослушивании музыки со

			загрязнение». Природные и техногенные звуки. Частота звука и громкость звука: их влияние на физическое и психическое здоровье человека	смартфона; почему в общественных местах необходимо использовать наушники при прослушивании музыки. Изучение временных интервалов, в которых можно проводить шумные работы в квартирах, и интервалов тишины дома и на улице, которые обозначены в нормативных документах региона. Знакомство с приложением к смартфонам «Шумомер», измерение уровня шума в коридорах школы, в классе, на улице
4	Я в школе и дома	4	«Я в школе и дома»: социально одобряемые нормы и правила поведения обучающихся в образовательном учреждении, гигиена одежды, правила хорошего тона. Мода и школьные будни	работа в группах, беседа « Гигиена правильной осанки. Мой внешний вид – залог здоровья». Мода и школьные будни
5	Чтоб забыть про докторов	4	-«Чтоб забыть про докторов»: закаливание организма. Как защититься от простуды и гриппа. Тесты и анкетирование «Правильно ли вы питаетесь?» «Что мы знаем о здоровье» «Умеете ли вы вести здоровый образ	Формы проведения занятия и виды деятельности Тематика Игры Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим. “Я б в спасатели пошел”, «Остров здоровья». Беседы Полезные и вредные продукты. Гигиена правильной осанки. Мой

			<p>жизни» «Моё отношение к одноклассникам»</p> <p>Круглые столы «Как сохранять и укреплять свое здоровье» Мир моих увлечений Школьные конференции В мире интересного. Просмотр тематических видеофильмов «Как сохранить и укрепить зрение». «Быстрое развитие памяти». «Человек». «Мышление и мы» Вредные и полезные растения. Экскурсии «Сезонные изменения и как их принимает человек». «Природа – источник здоровья». «У природы нет плохой погоды» Дни здоровья, спортивные мероприятия «Дальше, быстрее, выше». «Хочу остаться здоровым». «За здоровый образ жизни» Конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок В здоровом теле здоровый дух. «Моё настроение». Вредные и полезные растения. Выставка рисунков «Какие чувства вызвала музыка». «Продукты для здоровья» «Мы за здоровый образ жизни». «Нет курению!» Выпуск плакатов «Продукты</p>	<p>внешний вид –залог здоровья. Как питались в стародавние времена и питание нашего времени. Мода и школьные будни. Как защититься от простуды и гриппа. Тесты и анкетирование «Правильно ли вы питаетесь?» «Что мы знаем о здоровье» «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни» «Моё отношение к одноклассникам» Круглые столы «Как сохранять и укреплять свое здоровье» Мир моих увлечений Школьные конференции. В мире интересного. Просмотр тематических видеофильмов «Как сохранить и укрепить зрение». «Быстрое развитие памяти». «Человек». «Мышление и мы» Вредные и полезные растения. Экскурсии «Сезонные изменения и как их принимает человек». «Природа – источник здоровья». «У природы нет плохой погоды» Дни здоровья, спортивные мероприятия «Дальше, быстрее, выше». «Хочу</p>
--	--	--	--	--

			<p>для здоровья» Решение ситуативных задач Культура питания. Этикет. Лесная аптека на службе человека. Вредные привычки Театрализованные представления Спектакль С. Преображенский «Капризка». Спектакль «Спешите делать добро» Участие в конкурсах «Разговор о правильном питании» «Разговор о правильном питании». «Хлеб всему голова». «Что даёт нам море»</p>	<p>остаться здоровым». «За здоровый образ жизни» Конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок В здоровом теле здоровый дух. «Моё настроение». Вредные и полезные растения. Выставка рисунков «Какие чувства вызвала музыка». «Продукты для здоровья» «Мы за здоровый образ жизни». «Нет курению!» Выпуск плакатов «Продукты для здоровья» Решение ситуативных задач Культура питания. Этикет. Лесная аптека на службе человека. Вредные привычки Театрализованные представления Спектакль С. Преображенский «Капризка». Спектакль «Спешите делать добро» Участие в конкурсах «Разговор о правильном питании» «Разговор о правильном питании». «Хлеб всему голова». «Что даёт нам море»</p>
6	Я и моё ближайшее окружение	6	<p>-«Я и моё ближайшее окружение»: развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные</p>	<p>Составление перечня повседневных действий школьника (и членов его семьи), которые оказывают влияние</p>

			<p>привычки, настроение в школе и дома. Повседневные действия, которые могут нанести ущерб природе. Способы уменьшения последствий наших повседневных действий для природы</p>	<p>на состояние окружающей среды. Заполнение таблицы, где цветами школьники стараются обозначить степень влияния на природу каждого своего действия в течение дня или недели (красный — сильное негативное необратимое влияние; оранжевый — сильное негативное влияние; синий — существенное негативное влияние, которое можно уменьшить; голубой — несущественное негативное влияние, которое можно уменьшить; жёлтый — нейтральное влияние, зелёный — помощь природе). Например, действия могут быть такими: мытьё посуды, покупка товаров, приём душа, езда на автобусе, мытьё окон, пользование дезодорантом, приёмы пищи, выбрасывание мусора и т. д. Обсуждение способов уменьшения негативного влияния наших действий на природу</p>
7	Вот и стали мы на год взрослей	4	- «Вот и стали мы на год взрослей»:	Разработка группового проекта

			первая доврачебная помощь в летний период, опасности летнего периода	
	ИТОГО:	34 часа		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Раздел, тема урока	Количество часов	Формы занятий, ЦОР
1	Введение. Культура здоровья	1	беседы, дискуссии, практикумы, экскурсии, встречи, деловые и ролевые игры, групповая работа, интервью https://edsoo.ru/
2	Охрана и укрепление здоровья и здоровья окружающих людей.	1	
3	Вредные привычки.	1	
4	Овладение основными культурно-гигиеническими навыками самообслуживания.	1	
5	Средства личной гигиены.	1	
6	Основные правила противопожарной безопасности.	1	
7	Физическая активность.	1	
8	История игр.	1	
9	Спортивный квест.	1	
10	Творческий проект «Игротека».	1	
11	Исследовательский проект «Движение и здоровье».		
12	Эстафета здоровья.	1	
13	Расскажи мне о себе...	1	
14	Питание	1	
15	Питание – необходимое условие для жизни человека.	1	
16	Золотые правила питания.	1	
17	Жиры, белки и углеводы - что важнее?	1	
18	Проблемы здоровья, связанные с неправильным питанием.	1	
19	Пищевые добавки в нашей жизни.	1	
20	Исследование «Почему нужен завтрак».	1	
21	Творческий проект «Мое любимое блюдо».	1	
22	Правила хранения продуктов.	1	
23	Вегетарианство.	1	
24	Режим дня	1	
25	Творческое задание «Планируем день».	1	
26	Сон – лучшее лекарство.	1	
27	Игровой проект «Советуем	1	

	литературному герою».		
28	Творческое задание «Мой выходной день».	1	
29	Неправильный режим дня и его последствия.	1	
30	Гигиена Упаковка для еды в Знакомство с таблицами энергетической ценности продуктов питания, соотношением белков, жиров и углеводов в них.	1	
31	Потребность подростка в еде: калории; белки, жиры и углеводы; вода; витамины.	1	
32	Количество приёмов пищи.	1	
33	Составление сбалансированного меню, в приготовлении блюд которого дома может принять участие школьник.	1	
34	Заключение	1	

6 класс

№ п/п	Раздел, тема урока	Количество часов	Формы занятий, ЦОР
1	Вот мы и в школе	1	беседы, дискуссии, практикумы, экскурсии, встречи, деловые и ролевые игры, групповая работа, интервью https://edsoo.ru/
2	Личная гигиена	1	
3	Значение утренней зарядки для организма -«Питание и здоровье»	1	
4	Основы правильного питания	1	
5	Питание и здоровье	1	
6	Основы правильного питания	1	
7	Гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи	1	
8	Кулинарные традиции современности и прошлого	1	
9	Полезные и вредные продукты	1	
10	Мое здоровье в моих руках	1	
11	Влияние окружающей среды на здоровье человека	1	
12	Чередование труда и отдыха	1	
13	Профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата	1	
14	Взаимосвязь экологического образа жизни и здоровья человека	1	
15	Звук и здоровье	1	
16	Частота звука и громкость звука: их влияние на физическое и психическое здоровье человека	1	
17	Я в школе и дома	1	
18	Социально одобряемые нормы и	1	

	правила поведения обучающихся в образовательном учреждении		
19	Мода и школьные будни	1	
20	Гигиена одежды	1	
21	Чтоб забыть про докторов	1	
22	Как защититься от простуды и гриппа	1	
23	Что мы знаем о здоровье?	1	
24	Сезонные изменения и как их принимает человек	1	
25	Я и моё ближайшее окружение	1	
26	Развитие познавательных процессов	1	
27	Вредные привычки	1	
28	Настроение в школе и дома	1	
29	Повседневные действия, которые могут нанести ущерб природе	1	
30	Способы уменьшения последствий наших повседневных действий для природы	1	
31	Вот и стали мы на год взрослей	1	
32	Первая доврачебная помощь в летний период	1	
33	Опасности летнего периода	1	
34	Разработка группового проекта	1	