

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Татарско-Сайманская средняя школа

РАССМОТРЕНО
Педсоветом МБОУ
Татарско-Сайманской СШ
Протокол № 1 от
28.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР _____ Иванова Н.Ш.
28.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора МБОУ
Татарско-Сайманской СШ
_____ Измайлова Т.С.
Приказ от 28.08.2023г.
№136

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
Экологический образ жизни в 7 классе

Срок реализации программы: 1 год
Количество часов по учебному плану: 34ч.

Рабочую программу составил
_____ Иванов Н.Н.

с.Татарский Сайман ,2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

АКТУАЛЬНОСТЬ И ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования.

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.

Рабочая программа составлена на основе требований ФГОС основного общего образования (приказ Минпросвещения №2 Рабочая 87 от 31 мая 2021 г.). Программа направлена на развитие у обучающихся мотивации и готовности к повышению своей экологической грамотности. Выполнение учащимися исследовательских Программа 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 личностного смысла ценностей природы, здоровья, экологической безопасности;
- способов экологически ориентированной проектной деятельности;
- готовности к общественной деятельности экологической направленности.

В разнообразных личностно 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

МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Варианты реализации программы и формы проведения занятий.

Программа рассчитана на 34 часа, в рамках которых предусмотрены такие формы работы, как беседы, дискуссии, практикумы, экскурсии, встречи, деловые и ролевые игры, групповая работа, интервью. Программа реализована в работе со школьниками 7 классов.

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», «Профориентация»;

— 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

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

7 класс

Программа внеурочной деятельности состоит из 4 модулей:

-Здоровье человека

-Основы здорового образа жизни

-Здоровье человека и окружающая среда

-Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей

Здоровье человека.

Из истории наук о здоровье человека. Понятие здоровья. Виды здоровья

Практическая работа № 1. «Факторы укрепления здоровья: гигиена труда и отдыха, личная гигиена, гигиена помещений. Профилактические меры».

Практическая работа №2. «Проведение соматотропических измерений (рост, масса, пропорции тела)». Практическая работа №3 «Составление суточного энергетического рациона»

Основы здорового образа жизни .

Составление индивидуальной программы здоровья. Наследственность - составная часть здоровья. Носители наследственности. Практическая работа № 4. «Диагностика здорового образа жизни. Составление индивидуальной программы здоровья» Практическая работа №5. «Семейное наследование признаков здоровья и нездоровья. Составление родословной»

Здоровье человека и окружающая среда .

Влияние окружающей природы на здоровье человека. Практическая работа №6 «Определение степени запылённости листьев» Практическая работа №7. « Гигиеническая оценка микроклимата помещения (температура, влажность, скорость проветривания, освещенность, озеленение)». Практическая работа №8. «Прогнозирование состояния здоровья населения с учётом экологического состояния своей местности».

Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей.

Природа - источник положительных эмоций в жизни и творчестве человека. Практическая работа №9 «Определение лекарственных и ядовитых растений»
Формы проведения занятия и виды деятельности Тематика Презентация
Человек и природа. Факторы живой и неживой природы. Взаимосвязь природных факторов и здоровья человека. Деятельность человека по сохранению природы. Игры Факторы здоровья и риска заболеваний. Ролевая игра: «Вредным привычкам - нет». Беседы Понятие здоровья. Виды здоровья Тесты и анкетирование Влияние негативных факторов на здоровье человека
.Природа - источник положительных эмоций в жизни и творчестве человека
Круглые столы Физическое и психическое здоровье Школьные конференции
Наследственность- составная часть здоровья. Наследственность- важный фактор здоровья. Носители наследственности. Предупреждение наследственных 7 заболеваний Просмотр тематических видеофильмов Из истории наук о здоровье человека Экскурсии Экология населённого пункта.
Химические загрязнения среды и здоровье человека. Конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок Парки и заповедники Курской области. Видовое разнообразие растительного и животного мира природного окружения, его изменение под влиянием антропогенного фактора. Зелёная аптека природы. Лекарственные растения, их роль в сохранении здоровья и лечении человека. Лекарственные растения «Красной книги». Сбор и хранение лекарственных растений. Ядовитые растения. Оказание первой медицинской помощи человеку при отравлении ядовитыми

растениями. Права и обязанности человека в сохранении своего здоровья и окружающей природы. Решение ситуативных задач Лекарственные растения, их роль в сохранении здоровья и лечении человека. Сбор и хранение лекарственных растений. Ядовитые растения. Оказание первой медицинской помощи человеку при отравлении ядовитыми растениями. Практические работы 1. Факторы укрепления здоровья: гигиена труда и отдыха, личная гигиена, гигиена помещений. Профилактические меры. 2. Проведение соматотропических измерений (рост, масса, пропорции тела). 3. Составление суточного энергетического рациона 4. Диагностика здорового образа жизни. Составление индивидуальной программы здоровья 5. Семейное наследование признаков здоровья и нездоровья. Составление родословной 6. Определение степени запылённости листьев 7. Гигиеническая оценка микроклимата помещения (температура, влажность, скорость проветривания, освещенность, озеленение 8. Прогнозирование состояния здоровья населения с учётом экологического состояния своей местности 9. Определение лекарственных и ядовитых растений

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 выразить 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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Виды деятельности учащихся
1	Введение. Давайте знакомиться	1	Игры и упражнения, помогающие познакомиться. Ожидания каждого школьника и группы в целом от совместной работы в рамках программы	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.1). Высказывание детьми своих ожиданий от

				занятий по программе курса внеурочной деятельности «Экологический образ жизни» с использованием игры «Разворачивающаяся кооперация»
2	Здоровье человека	10	Здоровье человека. Из истории наук о здоровье человека. Понятие здоровья. Виды здоровья Практическая работа № 1. «Факторы укрепления здоровья: гигиена труда и отдыха, личная гигиена, гигиена помещений. Профилактические меры». Практическая работа №2. «Проведение соматотропических измерений (рост, масса, пропорции тела)». Практическая работа №3 «Составление суточного энергетического рациона»	беседа, групповая работа
3	Основы здорового образа жизни	3	Основы здорового образа жизни .Составление индивидуальной	Беседа, групповая работа

			<p>программы здоровья. Наследственность - составная часть здоровья. Носители наследственности. Практическая работа № 4. «Диагностика здорового образа жизни. Составление индивидуальной программы здоровья» Практическая работа №5. «Семейное наследование признаков здоровья и нездоровья. Составление родословной»</p>	
4	Здоровье человека и окружающая среда	9	<p>Здоровье человека и окружающая среда .Влияние окружающей природы на здоровье человека. Практическая работа №6 «Определение степени запылённости листьев» Практическая работа №7. « Гигиеническая оценка микроклимата помещения</p>	<p>Участие в беседе о том, что значит отдыхать экологично. Работа в группах по обсуждению правил, следуя которым можно меньше навредить природе. Деятельность школьников которым можно следовать без особых усилий во время семейного отдыха или многодневных походов.</p>

			<p>(температура, влажность, скорость проветривания, освещенность, озеленение)».</p> <p>Практическая работа №8. «Прогнозирование состояния здоровья населения с учётом экологического состояния своей местности».</p> <p>Отдых на природе. Что значит отдыхать экологично. Как выглядят места отдыха людей, не заботящихся о природе. Правила экологического отдыха</p>	<p>Ранжирование правил в зависимости от потенциального вреда, который человек может причинить природе</p>
5	<p>Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей</p>	11	<p>Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей. Природа - источник положительных эмоций в жизни и творчестве человека.</p> <p>Практическая работа №9 «Определение лекарственных и ядовитых растений»</p> <p>Взаимосвязь</p>	<p>Обсуждение природных особенностей местности, в которой живём; факторов, положительно и отрицательно влияющих на окружающую среду. Мозговой штурм по составлению рейтинга экологических проблем города (села). Групповая работа, в процессе</p>

			<p>природных факторов и здоровья человека. Деятельность человека по сохранению природы. Игры Факторы здоровья и риска заболеваний. Ролевая игра: «Вредным привычкам - нет». Беседы Понятие здоровья. Виды здоровья Тесты и анкетирование Влияние негативных факторов на здоровье человека .Природа - источник положительных эмоций в жизни и творчестве человека Круглые столы Физическое и психическое здоровье Школьные конференции Наследственность-составная Просмотр тематических видеофильмов Из истории наук о здоровье человека Экскурсии Экология населённого пункта. Химические</p>	<p>которой каждая группа обсуждает одну экологическую проблему и предлагает способы её решения на уровне человека, семьи, дома, района .Разработка группового проекта (города).</p>
--	--	--	---	---

			<p>загрязнения среды и здоровье человека.</p> <p>Конкурсы рисунков, плакатов, мини-сочинений, выпуск газет, листовок</p> <p>Парки и заповедники Курской области.</p> <p>Видовое разнообразие растительного и животного мира природного окружения, его изменение под влиянием антропогенного фактора. Зелёная аптека природы.</p> <p>Лекарственные растения, их роль в сохранении здоровья и лечении человека.</p> <p>Лекарственные растения «Красной книги». Сбор и хранение лекарственных растений.</p> <p>Ядовитые растения.</p> <p>Оказание первой медицинской помощи человеку при отравлении ядовитыми растениями. Права и обязанности человека в сохранении своего</p>	
--	--	--	---	--

			<p>здоровья и окружающей природы. Решение ситуативных задач</p> <p>Лекарственные растения, их роль в сохранении здоровья и лечении человека. Сбор и хранение лекарственных растений.</p> <p>Ядовитые растения.</p> <p>Оказание первой медицинской помощи человеку при отравлении ядовитыми растениями.</p> <p>Практические работы 1. Факторы укрепления здоровья: гигиена труда и отдыха, личная гигиена, гигиена помещений.</p> <p>Профилактические меры. 3.</p> <p>Составление суточного энергетического рациона 4.</p> <p>Диагностика здорового образа жизни.</p> <p>Составление индивидуальной программы здоровья</p> <p>Гигиеническая оценка микроклимата</p>	
--	--	--	--	--

			<p>помещения (температура, влажность, скорость проветривания, освещенность, озеленение Прогнозирование состояния здоровья населения с учётом экологического состояния своей местности Определение лекарственных и ядовитых растений. Наш город с точки зрения экологии. Природные особенности местности, в которой мы живём. Промышленные предприятия города и района. Трассы и магистрали. Экологические проблемы города и способы их решения</p>	
	ИТОГО:	34 часа		

Поурочное планирование 7 класс

№ п/п	Раздел, тема урока	Количество часов	Примечание
1	Введение. Давайте знакомиться	1	
2	Здоровье человека	1	
3	Из истории наук о здоровье человека	1	
4	Понятие здоровья	1	
5	Виды здоровья	1	
6	Факторы укрепления здоровья	1	
7	Гигиена труда и отдыха	1	
8	Гигиена помещений	1	
9	Проведение соматотропических измерений	1	
10	Профилактические меры	1	
11	Составление суточного энергетического рациона	1	
12	Основы здорового образа жизни.	1	
13	Составление индивидуальной программы здоровья	1	
14	Наследственность -составная часть здоровья	1	
15	Здоровье человека и окружающая среда	1	
16	Влияние окружающей природы на здоровье человека	1	
17	Определение степени запылённости листьев	1	
18	Гигиеническая оценка микроклимата помещения	1	
19	Прогнозирование состояния	1	

	здоровья населения с учётом экологического состояния своей местности		
20	Отдых на природе	1	
21	Что значит отдыхать экологично	1	
22	Как выглядят места отдыха людей, не заботящихся о природе	1	
23	Правила экологического отдыха	1	
24	Лечебные и природные ресурсы, их роль в оздоровлении людей	1	
25	Природа - источник положительных эмоций в жизни и творчестве человека	1	
26	Факторы укрепления здоровья: гигиена труда и отдыха, личная гигиена, гигиена помещений	1	
27	Природные особенности местности, в которой мы живём	1	
28	Определение лекарственных и ядовитых растений	1	
29	Экологические проблемы города и способы их решения	1	
30	Составление суточного энергетического рациона	1	
31	Прогнозирование состояния здоровья населения с учётом экологического состояния своей местности	1	
32	Определение лекарственных и ядовитых растений	1	
33	Взаимосвязь природных факторов и здоровья человека	1	
34	Природа - источник положительных эмоций в жизни и творчестве человека	1	

