

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области

**Муниципальный отдел управления образованием
МО Красноуфимский округ**

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Ключиковская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено на заседании
Педагогического совета
Протокол №1 от 29.08.2025г.

УТВЕРЖЕНО
Директор МКОУ "Ключиковская СОШ"
_____ Шатохина Е.Н.
Приказ №86 от 1.09.2025 г.

Рабочая программа

Наименование курса внеурочной деятельности: Экологичный образ жизни
Класс: 5
Уровень общего образования: основное общее образование
Срок реализации программы: 2025-2026 учебный год

Разработчик: Пасхина Г.В.
учитель географии

Ключики, 2025г.

Пояснительная записка

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: не только на уроке, но и за его пределами.

Актуальность реализации данной программы

Воспитание экологической культуры – актуальнейшая задача сложившейся социально-культурной ситуации начала 21 века. В условиях разностороннего глубочайшего экологического кризиса усиливается значение экологического образования в основной школе как ответственного этапа в становлении и развитии личности ребёнка. Закон «Об экологическом образовании», принятый во многих регионах России, ставит своей задачей создание системы непрерывного всеобъемлющего экологического образования и является основанием для поиска и разработки эффективных средств экологического образования населения.

Анализ теоретической и методической экологической литературы, а также состояния практики экологического образования в школах свидетельствуют о необходимости совершенствования всей системы воспитательной работы со школьниками, одной из приоритетной целей, которой должно стать становление экологически грамотной личности, способной гармонично взаимодействовать с окружающим миром и осознающей своё место в Природе.

Актуальность разработанной программы продиктована также отсутствием в теории и практике экологического образования в школе единой, рассчитанной на весь период обучения, программы образования с экологической направленностью для школьников. Миссией образовательного учреждения является создание социальной ситуации развития ребёнка, обеспечивающей формирование полноценного экологического сознания и поведения, воспитание гуманной личности, для которой характерна осознанная жизненная необходимость гармонизации своего образа жизни с окружающим социальным и природным миром. Именно поэтому в настоящее время в педагогике и методике преподавания многих предметов *лидирующее место занимает экологическое образование и воспитание*. Основа экологического образования и воспитания – изучение местного краеведческого материала и объектов окружающей среды. Данная программа относится к области экологического образования и сочетает традиционные и новые способы воздействия на личность ребёнка средствами природы

Программа разработана на основе рабочей программы курса «Экологическая культура и здоровье человека» составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, программы Е.М.Приорова «Экологическая культура и здоровье человека» и требованиям к условиям реализации основной образовательной программы.

Цель курса внеурочной деятельности:

Формирование у обучающихся представления о мире, основанного на приобретенных знаниях, умениях, навыках и способах деятельности; создание условий для формирования экологической культуры обучающихся, осознания ими ценности экологически целесообразного, здорового безопасного образа жизни, сформирование представлений о взаимосвязи здоровья человека и состоянием окружающей среды.

Задачи курса внеурочной деятельности:

- обобщить экологическую информацию, полученную учащимися при изучении окружающего мира 1-4 классов
- сформировать экологическую культуру и безопасный тип поведения;
- расширить круг знаний о взаимодействии человека и окружающей природной среды;
- помочь осознать влияние антропогенной деятельности человека и её последствий на окружающую природную среду и здоровье человека.
- сформировать умения приобретать и применять полученные знания.

Программа может быть реализована в работе со школьниками 5 класса. Программа курса рассчитана на 34 часа (1 час в неделю), в рамках которых предусмотрены такие формы работы, как экскурсия, круглый стол, игра, урок –путешествие.

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций Рабочей программы воспитания МКОУ «Ключиковская СОШ». Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие учащегося. Это проявляется в содержании рабочей программы и планируемых результатах освоения курса.

Содержание курса внеурочной деятельности

№ Раздела	Название раздела	Количество часов
1	Вот мы снова в школе	4
2	Питание и здоровье	5
3	Моё здоровье в моих руках	7
4	Я в школе и дома	4
5	Чтоб забыть про докторов	6
6	Я и моё ближайшее окружение	4
7	Вот и стали мы на год взрослей	4

Раздел 1. Вот мы снова в школе. Что такое экология? Здоровье и здоровый образ жизни. Правила личной гигиены. Физическая активность и здоровье. Как познать себя.

Раздел 2. Питание и здоровье Питание-необходимое условие для жизни человека. Витамины и минеральные вещества. Здоровая пища для всей семьи. Секреты здорового питания. Рацион питания. Как питались в стародавние времена и питание нашего времени

Раздел 3. Моё здоровье в моих руках. Домашняя аптечка. Практическая работа «Сколько стоит твоё здоровье». Береги зрение смолоду. Сотовый телефон – плюсы и минусы. Экскурсия «Природа – источник здоровья». Отдых для здоровья. Мы за здоровый образ жизни.

Раздел 4. Я в школе и дома. Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим. Делу время, потехе час. Мой внешний вид –залог здоровья Что такое дружба? Как дружить в школе?

Раздел 5. Чтоб забыть про докторов. Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься. Почему нужно чистить зубы. День здоровья. «За здоровый образ жизни». Разговор о правильном питании - Вкусные и полезные вкусности. Лекарственные растения – наши помощники. Игра «Советуем литературному герою»

Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение. Вредные привычки и их профилактика. Мир моих увлечений. Я и опасность. Школа и моё настроение.

Раздел 7. Вот и стали мы на год взрослей. Опасности летом. Лесная аптека на службе человека. Игра «Не зная броду, не суйся в воду». Итоговое занятие Гордо реет флаг здоровья.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Занятия в рамках программы курса «Экологичный образ жизни» направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

Предметные результаты:

- интерес к познанию мира природы;
- потребность к осуществлению экологически обоснованных поступков;
- осознание места и роли человека в биосфере;
- преобладание мотивации гармоничного взаимодействия с природой с точки зрения экологической допустимости.

Личностные результаты:

- принятие правил здорового образа жизни;
- развитие морально-этического сознания;
- получение опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Метапредметные результаты:

- овладение начальными формами исследовательской деятельности;
- опыт ролевого взаимодействия и реализации гражданской, патриотической позиции;
- опыт социальной и межкультурной коммуникации;
- формирование коммуникативных навыков.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Виды деятельности	Электронные (цифровые) образователь ные ресурсы
		Всего	Теор ия	Практик а		
Раздел 1. Вот мы снова в школе						
1.1	Что такое экология? Здоровье и здоровый образ жизни		1		Различать понятия здоровье и ЗОЖ. Приводить примеры ЗОЖ	edu.seu.ru wwf.org ecosystema.ru
1.2	Правила личной гигиены		1		Выяснить что такое личная гигиена и ее значение для человека.	
1.3	Физическая активность и здоровье			1	Что такое физическая активность? Игры на свежем воздухе	
1.4	Как познать себя		1		<i>Просмотр тематических видеофильмов:</i> «Быстрое развитие памяти». «Человек». «Мышление и мы»	

Итого по разделу:	4				
Раздел 2. Питание и здоровье					
2.1 Питание-необходимое условие для жизни человека		1		Беседа: Рассказывать о значении питания в жизни человека. Находить информацию в различных источниках.	edu.seu.ru wwf.org ecosystema.ru
2.2 Витамины и минеральные вещества		1		Знать о значении витаминов для здоровья человека.	
2.3 Здоровая пища для всей семьи			1	Составление кластера: «Продукты для здоровья»	
2.4 Секреты здорового питания. Рацион питания			1	Составление меню для всей семьи.	
2.5 Как питались в стародавние времена и питание нашего времени			1	Урок путешествие в давние времена и современность « Чем питались наши предки»	
Итого по разделу:	5				
Раздел 3. Моё здоровье в моих руках					
3.1 Домашняя аптечка		1		Значение домашней аптечки.	edu.seu.ru wwf.org ecosystema.ru
3.2 «Сколько стоит твоё здоровье»			1	Игры. Мы весёлые ребята, быть здоровыми хотим, все болезни победим. «Остров здоровья».	
3.3 Береги зрение смолоду		1		Просмотр тематических видеофильмов: «Как сохранить и укрепить зрение». «Быстрое развитие	

				памяти». «Человек». «Мышление и мы»	
3.4 Сотовый телефон – плюсы и минусы			1	Выпуск газет: «Сотовый телефон за и против»	
3.5 Экскурсия «Природа – источник здоровья»			1	Организация фенологических наблюдений	
3.6 Отдых для здоровья		1		Приводить примеры природных явлений, и их влияние на здоровье человека.	
3.7 Мы за здоровый образ жизни			1	<i>Круглый стол:</i> «Как сохранять и укреплять свое здоровье» Мир моих увлечений	
Итого по разделу:	7				
Раздел 4. Я в школе и дома					
4.1 Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим		1		<i>Беседа:</i> Применять понятия режим дня и отдыха, что такое хобби.	edu.seu.ru wwf.org ecosystema.ru
4.2 Делу время, потехе час.		1		Как правильно отдыхать? Подбор пословиц и поговорок о труде и отдыхе.	
4.3 Мой внешний вид – залог здоровья			1	<i>Решение ситуативных задач:</i> Значение внешнего вида для человека.	
4.4 Что такое дружба? Как дружить в школе?		1		Приводить примеры дружеских отношений. Подбор пословиц и поговорок о дружбе.	

Итого по разделу:	4				
Раздел 5. Чтоб забыть про докторов					
5.1 Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься		1		Беседа: «Как сохранять и укреплять свое здоровье» Вести дискуссию по критериям, предложенным учителем при работе в группе; в ходе организованного учителем обсуждения публично представлять свою работу выражать свою точку зрения	edu.seu.ru wwf.org ecosystema.ru
5.2 Почему нужно чистить зубы		1		Просмотр тематических видеофильмов.	
5.3 День здоровья «За здоровый образ жизни»			1	Провести «Веселые старты» в 1 классе	
5.4 Разговор о правильном питании - Вкусные и полезные вкусоности		1		Беседа: Полезные и вредные продукты.	
5.5 Лекарственные растения – наши помощники			1	Знать значение лекарственных растений для здоровья человека. Выпуск газеты: «Лекарственные растения нашей местности»	
5.6 Игра «Советуем литературному герою»			1	Совет литературному герою: Как правильно питаться	
Итого по разделу:	6				

Раздел 6. Я и моё ближайшее окружение					
6.1 Вредные привычки и их профилактика			1	Находить информацию в различных источниках. <i>Выпуск газеты «Вредные привычки»</i> приводить примеры вредных привычек и меры сохранения здоровья человека	edu.seu.ru wwf.org ecosystema.ru
6.2 Мир моих увлечений		1		Что такое хобби? Круглый стол: «Мир моих увлечений»	
6.3 Я и опасность		1		<i>Беседа:</i> Какие опасности подстерегают нас в школе дома, и на улице...	
6.4 Школа и моё настроение		1		Правила поведения в школе.	
Итого по разделу:	4				
Раздел 7. Вот и стали мы на год взрослей					
7.1 Опасности летом		1		Правила поведения детей на каникулах. <i>Конкурс рисунков</i> Безопасные каникулы.	edu.seu.ru wwf.org ecosystema.ru
7.2 Лесная аптека на службе человека			1	Экскурсия в школьный парк Лекарственные и ядовитые растения. (Сбор гербария)	
7.3 Игра «Не зная броду, не суйся в воду»			1	Опасности, подстерегающие на воде!!! Составить памятку правил поведения на воде	

7.4 Итоговое занятие Гордо реет флаг здоровья			1	Подведение итогов. Подбирать доводы для обоснования своего мнения; делать предположения, объясняющие результаты наблюдений на основе полученных за год знаний.	
Итого по разделу:	4				
Общее количество часов по программе	34	18	16		

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 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
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, листочков	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

Интернет-ресурсы

1. [ru.wikipedia.org/wiki/ Биоразнообразие](http://ru.wikipedia.org/wiki/Биоразнообразие) — биологическое разнообразие России.
2. wwf.org — Всемирный фонд дикой природы WWF).
3. edu.seu.ru - интернет-сайт «Общественные ресурсы образования» / *Самкова В.А.* Открывая мир. Практические задания для учащихся.
4. forest.ru— интернет-портал Forest.RU -*Всёороссийскихлесах*
5. ecosystema.ru -- экологическое образование детей и изучение природы России.
6. etno.environment.ru — этноэкология. Сайт лаборатории этно-экологических исследований.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371048

Владелец Шатохина Елена Николаевна

Действителен с 21.01.2026 по 21.01.2027