

«ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР»

РЕКОМЕНДОВАНО К ПРИНЯТИЮ

ПЕДАГОГИЧЕСКИМ СОВЕТОМ

муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
«Детский оздоровительно-
образовательный центр»

ПРОТОКОЛ

от «31 августа 2023 г. № 3

УТВЕРЖДЕНО

ДИРЕКТОРОМ

муниципального бюджетного учреждения
дополнительного образования
«Детский оздоровительно-
образовательный центр»

ПРИЛОЖЕНИЕ № 67 к ПРИКАЗУ

от «31» августа 2023 г. № 71-Д

РАБОЧАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Юные исследователи природы»

*Разработана на основе дополнительной общеразвивающей
программы «Юные исследователи природы»*

направленность – естественнонаучная
срок реализации – 3 года
возраст учащихся – 11-16 лет
автор-разработчик – педагог дополнительного образования
Н.Д. Ковалькова

**Сведения о рабочей дополнительной общеразвивающей
программе:**

направленность – туристско-краеведческая
срок реализации – 3 года
год реализации – 3-й год
уровень программы - базовый
форма реализации – очные занятия с возможностью
использования дистанционной формы обучения
разработчик – Е.А. Майорова, педагог дополнительного
образования
педагог, реализующий рабочую программу – Е.А. Майорова
возраст учащихся, осваивающих рабочую программу – 11-16 лет

НОВОМОСКОВСК
2023

СОДЕРЖАНИЕ

I. Пояснительная записка	стр. 2
1.1. Направленность, вид, уровень дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	стр. 2
1.2. Особенности обучения в текущем учебном году по дополнительной об- щеобразовательной общеразвивающей программе	стр. 2
1.3. Особенности организации образовательной деятельности	стр. 2
1.4. Цели и задачи рабочей программы	стр. 2
1.5. Режим занятий в текущем учебном году	стр. 3
1.6. Формы занятий и их сочетания	стр. 3
1.7. Изменения, внесенные в дополнительную общеобразовательную обще- развивающую программу, необходимые для обучения в текущем учеб- ном году и их обоснование	стр. 3
1.8. Ожидаемые результаты и способы их оценки, формы проведения про- межуточной и итоговой аттестации в текущем учебном году	стр. 3
II. Учебно-тематический план	стр. 4
III. Структура занятий	стр. 4
IV. Содержание изучаемого курса	стр. 5
V. Календарный учебный график	стр. 8

I. Пояснительная записка

1.1.	Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.	Естественнонаучная.
1.2.	Вид дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.	Дополнительная общеразвивающая программа.
1.3.	Уровень дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.	Базовый.
1.4.	Особенности обучения в текущем учебном году по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе.	<p>Содержательный компонент изучаемого курса реализуется без изменений относительно учебного содержания соответствующей дополнительной общеразвивающей программы. Рабочей программой предусматривается обучение детей с ограниченными возможностями здоровья. В пределах осваиваемой программы может осуществляться обучение учащихся по индивидуальному учебному плану, в соответствии с педагогической целесообразностью и психофизическими особенностями личности ребенка.</p>
1.3.	Особенности организации образовательной деятельности.	<p>Год реализации – 3-й.</p> <p>Количество учебных часов по программе – 144.</p> <p>Количество учебных часов согласно расписанию – 144.</p> <p>Возраст обучающихся – 11-16 лет.</p> <p>Наполняемость учебных групп – 12-15 чел.</p> <p>Изменения сроков и/или времени изучения отдельных тематических блоков (разделов) – не предусмотрены.</p> <p>Обучение по рабочей программе основывается на концепции ее модульного построения: программа может реализовываться в сочетании с рядом других дополнительных общеразвивающих программ МБУДО «ДООЦ», что обеспечивает комплексный подход к решению задач психофизического, когнитивного, психомоторного и эмоционального развития дошкольников.</p>
1.4.	Цели и задачи рабочей программы.	<p><i>Цель рабочей программы</i> – формирование экологической культуры, экологических знаний у учащихся, вовлечение их в природоохранную деятельность, здоровый образ жизни.</p>

		<p>Реализация цели предусматривает <i>на 3-м году обучения</i> последовательное <i>решение ряда задач</i>:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование экологической культуры подрастающего поколения. 2. Формирование у школьников культуры здорового образа жизни. 3. Осознанное отношение к проблемам окружающей среды. 4. Формирование знаний о факторах здоровья, о факторах риска, системах оздоровления, о приемах оказания первой помощи.
1.5.	Режим занятий в текущем учебном году.	<p>Продолжительность занятий – 80 минут (<i>2 академических часа</i>).</p> <p>Количество занятий в неделю – 2.</p>
1.6.	Формы занятий и их сочетания.	<p>Занятие комбинированного типа; конференция; занятие-дискуссия; занятие-практикум; сюжетно-ролевая игра; викторина, экскурсия и др.</p> <p>При соблюдении принципа педагогической целесообразности возможны сочетания отдельных элементов различных форм занятий.</p>
1.7.	Изменения, внесенные в дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу, необходимые для обучения в текущем учебном году и их обоснование.	<p>В текущем учебном году содержательные изменения соответствующей дополнительной общеразвивающей программы не предусмотрены.</p>
1.8.	Ожидаемые результаты и способы их оценки, формы проведения промежуточной и итоговой аттестации в текущем учебном году.	<p><i>По окончании 3-го года обучения по настоящей программе предполагается достижение учащимся следующих результатов.</i></p> <p>Учащиеся должны знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основные закономерности экологической валеологии; – ключевые понятия: экологическая культура, экологическое мировоззрение, экологическая революция; – возобновляемые и невозобновляемые природные ресурсы Земли; – источники и виды загрязнения окружающей среды. Законы РФ об охране природы; – экологические проблемы региона; – общие сведения об организме человека; – основы здорового образа жизни; – индивидуальный подход комплексного оздоровления; – маркировку продуктов питания.

		<p>Учащиеся должны уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – проводить анализ жизненно важных природных ресурсов Земли; – составлять свой дневной рацион питания; – проводить самодиагностику психофизического состояния человека. Антрометрические измерения; – определять состояние осанки, плоскостопия; – проводить гимнастику для глаз, самомассаж и точеный массаж; – проводить психофизическую зарядку. <p><i>Формы текущего контроля знаний учащихся:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Устный опрос. – Тематическая беседа. – Тестирование теоретических знаний. – Практическое задание. <p><i>Формы промежуточной аттестации учащихся:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Тестирование. – Презентация. <p><i>Формы итоговой аттестации учащихся:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – Тестирование.
--	--	--

II. Учебно-тематический план

№ п/п	Тема	Теоретическая часть	Практическая часть	Всего	Форма контроля
1.	Социальная экология	26	14	40	Беседа, наблюдение
2.	Экологическая валеология	42	28	70	Опрос, Наблюдение
3.	Экологические исследования	10	24	34	Наблюдение беседа
	Итого	78	66	144	

III. Структура занятий

Занятие комбинированного типа традиционной формы (2 академических часа):

1. Вводная часть – 5 минут.
2. Повторение изученного материала – 5 минут.
3. Основная часть – 65 минут.
4. Заключительная часть – 5 минут.

IV. Содержание изучаемого курса

«Базовый уровень»

1. Социальная экология.

Теория. Значение экологических наук и экологических знаний. Экологическое мировоззрение. Экологическая культура мира. Взаимодействие человека с окружающей его природной средой. Разнообразие связей живой и неживой природы. Человек как биологическое и социальное явление. Охрана ресурсов. Охрана и рациональное использование водных ресурсов. Охрана атмосферного воздуха. Охрана земельных ресурсов и их рациональное использование. Охрана и рациональное использование лесных ресурсов.

Практика. Анализ жизненно важных природных ресурсов Земли. Охрана природы. Знакомство с заповедниками, национальными парками. Красная Книга России. Красная Книга Тульской области. Заповедные территории зарубежных стран. Закон об охране природы. Что и от кого охраняет закон.

2. Экологическая валеология.

2.1. Теория. Вступительное собеседование. Основные понятия и закономерности. Здоровый образ жизни.

Практика. Разработка рекомендаций здорового образа жизни. Диспут «Я – здоров!».

2.2. Теория. Введение в экологическую валеологию. Физиологическая норма и здоровье.

Практика. Практическая работа «Дневной рацион питания».

2.3. Теория. Качество окружающей человека природной среды. Экологическая обстановка региона. Экологические проблемы региона: питьевая вода, бытовые стоки, промышленные сточные воды, канализация; твердые бытовые и промышленные отходы; загрязнение атмосферы; загрязнение почвы тяжелыми металлами; радиоактивное загрязнение; диоксиновое загрязнение.

Практика. Экскурсия на водоканал с целью ознакомления с методами очистки воды.

2.4. Теория. Общие сведения об организме человека. Системы органов человека.

Практика. Практическая работа «Язык – орган вкуса».

2.5. Теория. Механизмы приспособления организма человека к окружающей среде. Основные понятия. Адаптация. Стресс. Иммуитет. Механизмы действия.

2.6. Теория. Воздействие экологических факторов на организм человека. Биологический смысл и основные фазы активной адаптации.

Практика. Механизм воздействия шумового фактора на организм человека.

2.7. Теория. Методы самодиагностики психического здоровья.

Практика. Самодиагностика психо-физического состояния человека. Диагностика здоровья. Антрометрические измерения. Оценка тренированности сердечно-сосудистой системы.

2.8. Теория. Личная гигиена. Потребностно-мотивационная сфера гигиенического поведения. Здоровье и красота. Гигиена питания. Физиологические, психологические и валеологические основы гигиенического поведения.

Практика. Практическая работа «Определение осанки», «Определение плоскостопия». Гигиена жилища. Гигиена рабочего места.

2.9. Теория. Психогигиена, психотехника. Внушение и внушаемость.

Практика. Библиотерапия. Афоризмы и мудрые высказывания в психотерапии. Музыка-терапия. Метод вокалотерапии.

2.10. Теория. Режим труда, отдыха и питания. Психологически целесообразные режимы труда, отдыха и питания человека. Валеологический взгляд на организацию режима труда, отдыха и питания.

Практика. Гимнастика для глаз. Рефлексотерапевтические воздействия. Самомассаж и точечный массаж.

2.11. Теория. Двигательная активность. Объем и характер двигательной активности человека.

Практика. Общеразвивающие упражнения. Утренняя психофизическая зарядка. Массаж. Основные приемы массажа.

2.12. Теория. Рациональное питание. Питание и здоровье. Законы питания.

Практика. Практическая работа «Изучение маркировки продуктов питания».

2.13. Теория. Биологически активные вещества.

2.14. Теория. Факторы риска потери здоровья. Пьянство и алкоголизм. Наркомания и токсикомания. Аддитивное поведение. Курение. Преодоление курения.

Практика. Тренинг «Умей сказать: «Нет!»».

2.15. Теория. Индивидуальная система комплексного оздоровления. Принципы сохранения здоровья.

2.16. Теория. Создание мотивационной среды здорового образа жизни. Культура и здоровье. Здоровье и иерархия потребностей. Валеологически целесообразная педагогика семьи, как фактор здорового образа жизни.

Практика. Практическая работа по теме «Иерархия потребностей», «Жизненные цели».

3. Экологические исследования.

3.1. Теория. Рекреационная экология – теоретический фундамент экологического туризма.

Практика. Экскурсия на Шатовское водохранилище.

3.2. Теория. Виды загрязнения мест отдыха, туристических маршрутов.

Практика. Практическая работа «Определение состояния загрязнения Детского парка».

3.3. Теория. Исследование загрязненности местности твердыми отходами. Оценка состояния берегов, загрязненности долины реки.

3.4. Теория. Классификация мусора. Уничтожение мусора и его утилизация, способы утилизации.

Практика. Практическая работа «Определение загрязненности лесопарка, улицы».

3.5. Теория. Гидросфера и водные ресурсы Земли. Водосборная площадь, речной бассейн, водораздел. Река и ее части.

3.6. Теория. Гидрологический и гидрохимический режим реки. Питание реки.

3.7. Теория. Физико-химические свойства воды.

Практика. Практическая работа «Определение твердых остатков в водопроводной воде».

3.8. Теория. Основные загрязнители природных вод. Источники загрязнения. Сбросы предприятий города. Очистные сооружения.

Практика. Практическая работа «Изучение состояния береговой линии Шатовского водохранилища».

3.9. Теория. Водная среда обитания. Гидробионты – обитатели водной среды. Мир одноклеточных организмов. Мир многоклеточных организмов.

Практика. Практическая работа «Определение многообразия одноклеточных водорослей и животных».

3.10. Теория. Видовой состав водной экосистемы. Виды – биоиндикаторы.

Практика. Практическая работа «Определение изменения биоиндикаторов от состава воды Шатовского водохранилища».

3.11. Теория. Описание реки. Приобретение навыков изображения географических объектов на плане.

3.12. Теория. Оценка качества речной воды.

Практика. Практическая работа «Определение изменения биоиндикаторов от состава воды Шатовского водохранилища».

3.13. Теория. Изучение влияния автотранспорта на качество воздуха, почв, природных вод в долине реки.

Практика. Определение загрязненности долины реки Любовки.

3.14. Теория. Источники загрязнения речного бассейна.

Практика. Составление экологической карты бассейна реки с указанием источников загрязнения.

3.15. Теория. Водная и околоводная растительность. Описание растительных сообществ.

3.16. Теория. Биологическая индикация качества природных вод.

Практика. Определение качества природных вод с использованием биологических индикаторов.

3.17. Теория. Водная среда и безопасность. Водоемы летом и зимой.

Практика. Экскурсия на водоемы.

3.18. Теория. Лесные экосистемы. Разнообразие экосистем и их видовой состав.

3.19. Теория. В лес за здоровьем. Сбор ягод, плодов, грибов, корней, лекарственных трав.

Практика. Экскурсия в лесную экосистему.

3.20. Теория. Изучение влияния рекреационных нагрузок на лесные экосистемы. Практика. Определение качества автомобильных стоянок, пешеходных дорожек и дорог.

**V. Календарный учебный график к дополнительной общеразвивающей программе
"ЮНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬ ПРИРОДЫ"
(3 год обучения)**

№ п/п	Наименование тем	Форма контроля	Количество часов	
			теория	практика
1. Социальная экология				
1.	Значение экологических наук и экологических знаний.	Беседа	2	
2	Экологическое мировоззрение. Экологическая культура.	Беседа	2	
3	Взаимодействие человека с окружающей его природной средой.	Беседа	2	
4	Разнообразие связей живой и неживой природы.	Беседа	2	
5	Составление схем круговорота веществ. Практическая работа	Наблюдение		2
6	Человек как биологическое и социальное явление.	Беседа	2	
7	Охрана ресурсов.	Беседа	2	
8	Анализ жизненно важных природных ресурсов Земли.	Беседа	2	
9	Анализ жизненно важных природных ресурсов Земли. Практическое занятие.	Наблюдение		2
10	Охрана и рациональное использование водных ресурсов.	Беседа	2	
11	Охрана атмосферного воздуха.		2	
12	Охрана земельных ресурсов и их рациональное использование.	Беседа	2	
13	Охрана и рациональное использование лесных ресурсов.	Беседа	2	
14	Загрязнение окружающей природной среды: природное и антропогенное.	Опрос	2	
15	Загрязнение окружающей природной среды. Практическая работа.	Наблюдение		2
16	Охрана природы. Знакомство с заповедниками, национальными парками. Практическая работа.	Диспут		2
17	Красная Книга России. Красная Книга Тульской области. Практическая работа	Диспут		2
18	Заповедные территории зарубежных стран. Практическая работа	Дискуссия		2
19	Закон об охране природы. Что и от кого охраняет закон.	Беседа	2	
20	Закон об охране природы. Что и от кого охраняет закон.	Опрос		2
2. Экологическая валеология				
21	Основные понятия и закономерности. Здоровый образ жизни.	Беседа	2	
22	Разработка рекомендаций здорового образа жизни. Диспут «Я – здоров!».	Дискуссия		2
23	Введение в валеологию и экологическую валеологию	Беседа, опрос	2	
24	Физиологическая норма и здоровье	Беседа, опрос	2	
25	Качество окружающей человека природной среды. Экологическая обстановка региона.	Беседа, опрос	2	

26	Экологические проблемы региона: питьевая вода, бытовые стоки, промышленные сточные воды, канализация; твердые бытовые и промышленные отходы; загрязнение атмосферы; загрязнение почвы тяжелыми металлами; радиоактивное загрязнение; диоксиновое загрязнение.	Беседа	2	
27	Экскурсия на водоканал с целью ознакомления с методами очистки воды.	Экскурсия		2
28	Общие сведения об организме человека. Системы органов человека.	Беседа	2	
29	Практическая работа «Язык – орган вкуса».	Эксперимент		2
30	Механизмы приспособления организма человека к окружающей среде. Основные понятия. Адаптация. Стресс. Иммуитет. Механизмы действия.	Беседа	2	
31	Воздействие экологических факторов на организм человека. Биологический смысл и основные фазы активной адаптации.	Беседа	2	
32	Механизм воздействия шумового фактора на организм человека. Практическая работа	Наблюдение		2
33	Методы самодиагностики психического здоровья.	Беседа	2	
34	Самодиагностика психолого-физиологического состояния человека	Беседа	2	
35	Самодиагностика психофизического состояния человека. Антропометрические измерения. Оценка тренированности сердечно-сосудистой системы.	Наблюдение		2
36	Личная гигиена. Потребностно-мотивационная сфера гигиенического поведения.	Беседа	2	
37	Здоровье и красота. Гигиена питания. Физиологические, психологические и валеологические основы гигиенического поведения.	Беседа	2	
38	Гигиена жилища. Гигиена рабочего места. Практическое занятие	Наблюдение		2
39	Практическая работа «Определение осанки», «Определение плоскостопия».	Наблюдение		2
40	Психогигиена, психотехника. Внушение и внушаемость.	Беседа	2	
41	Практическое занятие. Библиотерапия. Афоризмы и мудрые высказывания в психотерапии. Музыкотерапия. Метод вокалотерапии.	Наблюдение		2
42	Режим труда, отдыха и питания.	Беседа	2	
43	Гимнастика для глаз. Рефлексотерапевтические воздействия. Самомассаж и точечный массаж. Практическое занятие.	Наблюдение		2
44	Двигательная активность. Объем и характер двигательной активности человека.	Беседа	2	
45	Общеразвивающие упражнения. Утренняя психофизическая зарядка. Массаж. Основные приемы массажа. Практическое занятие.	Наблюдение		2
46	Рациональное питание. Питание и здоровье.	Беседа	2	

	Законы питания.			
47	Практическая работа «Изучение маркировки продуктов питания».	Анализ		2
48	Биологически активные вещества	Беседа	2	
49	Факторы риска потери здоровья. Пьянство и алкоголизм. Наркомания и токсикомания. Аддитивное поведение. Курение. Преодоление курения	Беседа	2	
50	Тренинг «Умей сказать: «Нет!»	Тренинг		2
51	Индивидуальная система комплексного оздоровления. Принципы сохранения здоровья	Беседа	2	
52	Создание мотивационной среды здорового образа жизни. Культура и здоровье. Здоровье и иерархия потребностей.	Беседа	2	
53	Валеологически целесообразная педагогика семьи, как фактор здорового образа жизни.	Беседа	2	
54	Практическая работа по теме «Иерархия потребностей».	Наблюдение		2
55	Практическая работа по теме «Жизненные цели».	Дискуссия		2
3 Экологические исследования				
56	Рекреационная экология – теоретический фундамент экологического туризма.	Беседа	2	
57	Экскурсия на Шатовское водохранилище.	Экскурсия		2
58	Виды загрязнения мест отдыха, туристических маршрутов.	Беседа	2	
59	Практическая работа «Определение состояния загрязнения Детского парка»	Наблюдение		2
60	Исследование загрязненности местности твердыми отходами. Оценка состояния берегов, загрязненности долины реки.	Беседа	2	
61	Классификация мусора. Уничтожение мусора и его утилизация, способы утилизации.	Беседа	2	
62	Практическая работа «Определение загрязненности лесопарка, улицы».	Наблюдение		2
63	Основные загрязнители природных вод. Источники загрязнения. Практическая работа	Беседа наблюдение		2
64	Водная среда обитания. Гидробионты – обитатели водной среды. Мир одноклеточных организмов. Мир многоклеточных организмов. Практическая работа.	Опрос наблюдение		2
65	Видовой состав водной экосистемы. Виды – биоиндикаторов. Практическая работа.	Наблюдение		2
66	Описание реки. Приобретение навыков изображения географических объектов на плане. Практическая работа.	Наблюдение		2
67	Оценка качества речной воды Практическая работа	Эксперимент		2
68	Изучение влияния автотранспорта на качество воздуха, почв, природных вод в долине реки. Практическая работа	Наблюдение		2
69	Источники загрязнения речного бассейна. Составление экологической карты бассейна реки с указанием источников загрязнения	Опрос	2	
70	Водная и околородная растительность.	Наблюдение		2

	Описание растительных сообществ. Практическая работа.			
71	Лесные экосистемы. Разнообразие экосистем и их видовой состав. Экскурсия в лесную экосистему.	Экскурсия		2
72	Изучение влияния рекреационных нагрузок на лесные экосистемы. Определение качества автомобильных стоянок, пешеходных дорожек и дорог. (практическая работа)	Исследование		2