Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Гимназия №587
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
решением педагогического совета
ГБОУ Гимназия №587
Протокол № 1
от «27» августа 2026 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ Гимназия №587
С.Е. Кузнецова
Приказ № 520
от «28» августа 2026 года

C=RU, OU=Директор, O=ГБОУ Гимназия №587, CN=Кузнецова С. Е., E=info.sch587@obr.gov.spb.ru
Я подтверждаю этот документ

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Человек и природа» для 3-4 класса на 2026-2027 учебный год

Составитель: учитель к.н. Мясников Ю.В.

Санкт-Петербург
2026 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности по духовно-нравственному направлению " Человек и природа" составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования и является структурным элементом содержательного раздела Начальной образовательной программы начального общего образования ГБОУ Гимназия № 587 Фрунзенского района Санкт-Петербурга, утверждённой приказом директора № 520 от 28.08.2026.

Место программы в учебном плане

Рабочая программа по духовно-нравственному направлению ориентирована на учащихся _3-4_ классов и направлена на реализацию образовательных стандартов на начальной ступени обучения. Рассчитана на 2 учебных года по 1 час в неделю. 3 класс- 34 часа в год, 4 класс- 34 часа в год. Всего 68 часов в год.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

Личностными результатами изучения курса «Человек и природа» являются:

1. принятие и освоение детьми социальной роли ребенка, положительного отношения к процессу познания, к приобретению знаний и умений, желания познавать, открывать новое, осваивать новые действия, готовность преодолевать учебные затруднения и оценивать свои усилия;
2. осознание себя гражданином своего Отечества, зарождение элементов гражданского самосознания - осознание себя членом общества и государства (российской идентичности), обретение чувства любви к родной стране, к её природе, культуре, интереса к её истории, народам, гордости за свою Родину, российский народ, уважения к прошлому своих предков, желания продолжить их добрые дела;
3. приобретение личного опыта общения с людьми, обществом, природой с ориентацией на общечеловеческие ценности, на соблюдение морально-этических норм, на проявление доброго отношения к людям, уважения к их труду, заботы о близких, на участие в совместных делах, на помощь людям, в том числе сверстникам;
4. понимание ценности семьи в жизни человека и необходимости беречь доброе отношение между её членами, оказания помощи друг другу;
5. осознание ценности природы не только как источника удовлетворения потребностей человека, но и её значение для развития эстетического восприятия мира и развития творческих способностей;
6. принятие навыков экологически грамотного, нравственного поведения в природе, в быту, в обществе, правил безопасного здорового образа жизни, овладение физической культурой, осознание ответственности за своё здоровье и здоровье окружающих.

Метапредметными результатами изучения курса «Человек и природа» являются следующие

формируемые способности учащихся:

1. организовывать свою деятельность - умение принимать, сохранять учебную задачу и следовать ей в познавательной деятельности; осознавать своё знание и незнание, умение и неумение, продвижение в овладении тем или иным знанием; планировать учебную деятельность; осуществлять контроль и оценку её результатов;

2. осуществлять поиск информации из разных источников знаний и обобщать её; понимать информацию, представленную в разных формах, в том числе изобразительной, схематической, модельной; переводить информацию, принятую в изобразительной, схематической и модельной форме в словесную;

3. осуществлять логические действия анализа, сравнения, обобщения, классификации, установления причинно-следственных связей, построения рассуждений и выводов;

4. умение наблюдать и сопоставлять, выявлять взаимозависимости, отражать полученную при наблюдении информацию в виде рисунка, схемы, таблицы;

5. овладение начальными формами исследовательской деятельности, способностью к осуществлению поиска необходимой информации для решения учебных задач, в том числе с использованием различных дополнительных источников, включая Интернет (выбор источника информации, извлечение нужной информации, её систематизация, преобразование в удобный вид);

6. умение осуществлять кодирование и декодирование информации в знаково-символической форме.

7. умение вступать в учебное сотрудничество с учителем и одноклассниками, осуществлять совместную деятельность в малых и больших группах, осваивая различные способы взаимной помощи партнёрам по общению;

Предметными результатами изучения курса «Человек и природа» являются:

1. усвоение первоначальных сведений и практико-ориентированных знаний о природе, человеке и обществе, о сущности и особенностях изучаемых объектов, процессов и явлений в природной и социальной среде в их органичном единстве и разнообразии;

2. усвоение естественнонаучных, обществоведческих, исторических понятий, необходимых для продолжения образования по курсам естественнонаучных и социально-гуманитарных предметов в основной школе;

3. начнут осваивать научные методы познания окружающего мира: умения наблюдать и исследовать природные объекты и явления; проводить несложные опыты по изучению свойств веществ, пользоваться простым лабораторным оборудованием;

4. научатся видеть и понимать некоторые причинно-следственные связи в окружающем мире, мире природы и культуры;

8. умение пользоваться моделями для изучения строения природных объектов, для объяснения природных явлений.

Планируемые результаты освоения программы по курсу «Человек и природа»

Выпускник научится:
• различать (узнавать) изученные объекты и явления живой и неживой природы;
• описывать на основе предложенного плана изученные объекты и явления живой и неживой природы, выделять их основные существенные признаки;
• сравнивать объекты живой и неживой природы на основе внешних признаков или известных характерных свойств и проводить простейшую классификацию изученных объектов природы;
• проводить несложные наблюдения и ставить опыты, используя простейшее лабораторное оборудование и измерительные приборы; следовать инструкциям и правилам техники безопасности при проведении наблюдений и опытов;
• использовать естественно-научные тексты с целью поиска и извлечения познавательной информации, ответов на вопросы, объяснений, создания собственных устных или письменных высказываний;
• использовать различные справочные издания (словарь по естествознанию, определитель растений и животных на основе иллюстраций, атлас карт) для поиска необходимой информации;
• использовать готовые модели (глобус, карта, план) для объяснения явлений или выявления свойств объектов;
• обнаруживать простейшие взаимосвязи между живой и неживой природой, взаимосвязи в живой природе; использовать их для объяснения необходимости бережного отношения к природе;
• определять характер взаимоотношений человека с природой, находить примеры влияния этих отношений на природные объекты, на здоровье и безопасность человека;
• понимать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения; использовать знания о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья.

Выпускник получит возможность научиться:

• *осознавать ценность природы и необходимость нести ответственность за ее сохранение, соблюдать правила экологического поведения в быту (раздельный сбор мусора, экономия воды и электроэнергии) и в природе;*
• *пользоваться простыми навыками самоконтроля и саморегуляции своего самочувствия для сохранения здоровья, осознанно выполнять режим дня, правила рационального питания и личной гигиены;*
• *выполнять правила безопасного поведения в природе, оказывать первую помощь при несложных несчастных случаях.*
• соблюдать правила личной безопасности и безопасности окружающих, понимать необходимость здорового образа жизни.

В результате усвоения содержания курса «Человек и природа» узнает:
– правила культурного поведения в школе, в общественных местах, в транспорте; правила безопасного перехода улиц, поведения у водоёма, при встрече с опасными животными; правила экологически грамотного поведения в природе;
– растения, грибы, животные – живые существа, свойства живых существ, условия, необходимые им для жизни, приспособляемость к среде обитания;
– существенные признаки (внешние) изучаемых групп объектов окружающего мира, растений, грибов, животных;
– 2–4 представителя изучаемых систематических групп объектов живой и неживой природы, изделий человека, растений, грибов, животных, наиболее распространённых

растений и животных родного края;
– представителей лекарственных и ядовитых растений, грибов, опасных животных, обитающих в родном крае;
– способы сохранения многообразия живых существ, представителей растений и животных, обитающих в родном крае, занесённых в Красную книгу.

– человек – часть живой природы и член общества, условия, обеспечивающие его здоровье и эмоциональное благополучие, значение труда и творчества в его развитии, качества, определяющие его физическую и духовную красоту; профессии людей, связанные с природой и с работой с людьми, наиболее распространённые профессии в родном крае;
– правила безопасного поведения в природе и социальной среде (водоём, лес, горы, ядовитые растения и грибы, опасные животные; улица, двор, подъезд, лифт, квартира, незнакомые люди), в чрезвычайных ситуациях;
– основные нормы морали, культурного поведения в школе, среди одноклассников, в общественных местах, в семье, правила вежливого общения с окружающими людьми, элементарные приёмы управления своим эмоциональным состоянием;
– правила личной гигиены, способы сохранения и укрепления своего здоровья; приёмы оказания первой помощи при лёгких травмах, простудных заболеваниях;
– природные тела и явления, способы их изучения; основные наблюдаемые космические тела (звезда, планета, спутник); виды земной поверхности (океаны и материки, горы и равнины, холмы и овраги); виды естественных и искусственных водоёмов (море, река, озеро, пруд, водохранилище); условные изображения на карте гор, равнин, водоёмов, городов, границ государств; особенности поверхности и водоёмов родного края (города, села, пригорода) на основе наблюдений;
– взаимоотношения в обществе, семья – ячейка общества, родственные и семейные отношения; Родина, государство, его столица, государственные символы; основные права и обязанности российских граждан, права ребёнка;
– названия наиболее многочисленных народов, населяющих территорию России, её крупных городов, своего города;
– 2–4 представителя изучаемых систематических групп природных и социальных объектов своей местности, их достопримечательности;
– экологические проблемы современного города и пути их решения, необходимые меры по сохранению чистоты и красоты природы;
– смысл понятий: тело, явление, облако, звезда, планета, спутник, созвездие; равнина, холм, гора, овраг; океан, море, озеро, река, пруд, водохранилище, болото; семья, родственники, Родина, государство, столица, граница, Конституция, гражданин, право, обязанность; город, посёлок, транспорт, средство связи, музей, профессия, искусство; симметричное, несимметричное, линия и центр симметрии предметов;

научится понимать:

– в окружающем мире огромное разнообразие живых существ, и каждое из них не только красиво, но и полезно природе и человеку; среди растений, грибов, животных есть опасные для жизни человека;
– важно сохранить разнообразие растений, грибов, животных, бережно и заботливо относиться к ним;
– многообразие предметов окружающего мира можно классифицировать, распределять на группы по существенным признакам;

– значение солнца, воздуха, воды для всего живого на Земле; на Земле мало питьевой воды и других природных ресурсов, их необходимо экономно расходовать;
– люди не должны загрязнять землю и водоёмы промышленными, сельскохозяйственными и

бытовыми отходами; надо стараться решать возникающие экологические проблемы;
– он является членом семьи, коллектива одноклассников; горожанином, гражданином своего государства и должен соблюдать нравственные нормы поведения в обществе, быть патриотом своей Родины, города, школы, класса;
– человек красив своими душевными качествами, поведением, поступками, своим мастерством и своими творениями; красота человека несовместима с плохим отношением к окружающим людям, к природе;
– все профессии важны и нужны в обществе, деятельность людей может разрушать природу, но может оберегать и сохранять её;
– Россия – многонациональное государство, все народы равны между собой, надо уважительно относиться к культуре, обычаям, языку других народов;
– край, где они живут, – их малая родина, которую надо беречь и любить; в городах и посёлках есть исторические памятники, которые надо сохранить для будущих поколений людей;

будет уметь:

– различать объекты природы и изделия человека; объекты живой и неживой природы; дикорастущие, культурные, комнатные растения; деревья, кустарники и травянистые растения; хвойные и лиственные деревья; домашних и диких животных, млекопитающих, птиц, рыб, насекомых, земноводных, пресмыкающихся; наиболее распространённые растения и животных своей местности, ядовитые растения, грибы;
– описывать растения, грибы, животных, называя их отличительные признаки, особенности их внешнего вида, среду обитания и приспособленность к ней;
– сравнивать растения, грибы, животных, предметы окружающего мира, называя их сходства и различия;
– определять принадлежность растений, грибов, животных к конкретным систематическим группам по существенным признакам;
– наблюдать объекты окружающего мира, выделяя их внешние отличительные признаки: форму, размер, цвет, особенности строения, среду обитания; вести простейшие наблюдения за животными и растениями;
– осуществлять поиск учебной информации из рассказа учителя, рисунка, учебного текста, литературного произведения, модели и др.;
– представлять результаты учебно-познавательной деятельности в разных формах (аргументированный ответ на вопрос, рисунок, условное обозначение, простая модель, описание изучаемого предмета по предложенному плану, в дидактической игре);
– формулировать и обосновывать правила экологически грамотного и безопасного поведения в природе и обществе;
– создавать творческие работы на заданную тему (рисунки, аппликации, модели, небольшие сообщения);
– оценивать свою деятельность (успех, неуспех, ошибки, умение сотрудничать, принимать мнения и варианты решения одноклассников), высказывать свои суждения, предположения, аргументы;
– различать по существенным признакам природные объекты и изделия человека; объекты живой и неживой природы, тела и явления; небесные тела, формы суши, виды водоёмов; виды жилищ и транспорта, средства связи, профессии людей; симметричные и несимметричные предметы; эстетические и нравственные категории, эмоциональные состояния, формы общения; государственную символику России;
– приводить примеры государственных законов и праздников, городов России, народов, населяющих родной край, наиболее многочисленных народов России; объектов неживой и живой природы, изделий человека; явлений, происходящих в неживой и живой природе, небесных тел, форм суши, естественных и искусственных, пресных и солёных водоёмов;

объектов городского хозяйства, музеев, культурных центров, достопримечательностей родного города; наземного, водного, воздушного, общественного, грузового и специального транспорта, разных профессий; симметричных и несимметричных предметов окружающего мира;
– описывать изучаемые природные и социальные объекты, называя их отличительные признаки, особенности их внешнего вида; характеризовать черты характера человека;
– сравнивать, анализировать, обобщать, классифицировать изучаемые объекты окружающего мира, называя их сходства и различия;
– определять принадлежность изучаемых природных и социальных объектов к конкретным систематическим группам по существенным признакам;
– объяснять отличия человека от животных; различие эстетических, этических, моральных категорий (красивое – безобразное, нравственное – безнравственное, культурное – некультурное, вежливое – грубое и др.); значение природы для здоровья человека, положительные и отрицательные воздействия человека на природу;
– наблюдать тела и явления природы, небесные тела, формы земной поверхности, виды водоёмов, признаки экологического неблагополучия в природе; объекты городского хозяйства, культуры, спортивные сооружения, виды строений, улиц, транспорта, музейные экспонаты; вести простейшие наблюдения социальных отношений в быту, в обществе;
– извлекать полезную учебную информацию из рассказа учителя, рисунка, учебного текста, схемы, таблицы, диаграммы, карты;
– представлять результаты учебно-познавательной деятельности в разных формах (аргументированный ответ на вопрос, рисунок, аппликация, условный знак, схема, таблица, простая модель, описание изучаемого предмета по предложенному плану);
– формулировать и обосновывать правила экологически грамотного и безопасного поведения в природе, нравственного поведения в быту и обществе;
– создавать творческие работы на заданную тему (рисунки, аппликации, модели, поделки, небольшие сообщения), участвовать в проектной деятельности;
– оценивать свою деятельность (успех, неуспех, ошибки, умение сотрудничать, принимать мнения и варианты решения одноклассников), высказывая свои суждения, предположения, аргументы.

использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

– определения наиболее распространённых в своей местности ядовитых растений, грибов и опасных животных;
– обеспечения безопасности своей жизни;
– ухода за комнатными растениями и растениями пришкольного участка, домашними животными, животными живого уголка;
– проведения наблюдений объектов живой природы, за деятельностью людей с целью оценки их положительного и отрицательного воздействия на природу;
– выполнения правил безопасного и экологически грамотного поведения в природе и обществе, укрепления своего здоровья, охраны природы;– ориентирования в среде обитания (природная и социальная среда, опасности и способы их преодоления);
– решения познавательных, учебных и практических задач;
– использования универсальных учебных действий при работе с разными источниками информации;
– определения природных и социальных объектов, нуждающихся в их сохранении с целью принятия участия в сохранении их чистоты и красоты;
– проведения наблюдений за телами и явлениями, объектами природы, городского

хозяйства, экспонатами музеев, деятельностью людей в различных сферах с целью оценки положительного и отрицательного воздействия людей на окружающую среду;
– выполнения правил личной гигиены, режима дня для укрепления своего здоровья; соблюдения правил безопасного и экологически грамотного поведения в природе, в быту, в обществе; оказания первой помощи при лёгких травмах;
– осознания себя членом общества (семья, классный коллектив, горожанин, гражданин России) и воспитания в себе желания стать достойным человеком (верным другом, заботливым членом семьи, патриотом своей Родины);
– создания творческих работ (аппликаций, рисунков, моделей, рассказов, небольших сообщений) на заданную тему и участия в проектной деятельности.

3 класс

Содержание программы

1. Окружающая среда и здоровье человека (8ч)

Что изучает экология человека. Здоровье и образ жизни. Психическое, физическое и социальное здоровье. История развития представлений о здоровом образе жизни. Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях. Расы. Влияние климатических факторов на здоровье. Экстремальные факторы окружающей среды: перегрузки, невесомость, электрические и магнитные поля, радиация.

2. Влияние факторов среды на системы органов (16ч)

Вредные привычки: никотин, алкоголь, наркотики. Условия правильного формирования опорно - двигательной систем. Воздействие двигательной активности на организм человека. Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Иммунитет и здоровье. Онкологические заболевания. Аллергия. СПИД. Профилактика нарушений сердечно - сосудистой системы. Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты. Рациональное питание и культура здоровья. Чужеродные примеси пищи. Воздействие солнечных лучей на кожу. Участие кожи в терморегуляции. Закаливание. Факторы, влияющие на функционирование нервной системы. Зрительный и слуховой анализаторы. Внешние воздействия на слух и зрение. Стресс как негативный биосоциальный фактор. Чувствительность к внешним воздействиям и тип ВНД. Биоритмы и причины их нарушений. Биологические часы. Гигиенический режим сна- составляющая здорового образа жизни. Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции.

Лабораторные работы.

1. Оценка подготовленности организма к занятиям физической культуры
2. Оценка состояния противоинфекционного иммунитета.

3. Репродуктивное здоровье (8ч)

Особенности развития организма человека. Культура здоровья. Внутриутробное развитие. Факторы риска: физические, биологические, химические. Биологические и социальные причины инфекционных болезней.

Прогнозируемые результаты: данная программа позволяет проводить профилактическую работу с детьми. Включает их в активный процесс создания таких ситуаций, которые пропагандируют здоровый образ жизни и готовит детей к принятию правильных решений в реальных жизненных ситуациях.

Учебно-тематический план 3-го года обучения

№ п/п	Тема	всего
1.	Окружающая среда и здоровье человека.	8
2.	Влияние факторов среды на системы органов.	16
3.	Репродуктивное здоровье.	8
	Итого	34

4 класс

Содержание программы

1. Общественные отношения (10ч)

Человек - природное, биологическое, общественное существо. Общественные отношения - есть общественный компонент среды человека. Изменение важнейших параметров общества. Отношение человека к природе - практическое, адаптивное, интимное, эстетическое.

Практические занятия.

Проведение микро - социологического исследования на тему "Природа и общество".

Оценка социально-демографической структуры класса, составление половозрастной пирамиды, прогнозирование сложившейся ситуации.

Оценка показателей индивидуального, группового и популяционного здоровья различными методами, выявление индивидуальных особенностей организма для обоснования мер по повышению работоспособности.

2. Воздействие человека на окружающую среду (8ч)

Природа-среда жизни и источник существования человека. Оптимальная окружающая среда. Рациональное использование природы. Качество окружающей среды.

Практические занятия.

Получение данных об экологической обстановке, выявление основных загрязнений окружающей среды.

Составление карт антропогенных нагрузок.

Составление геоэкологических карт района.

Работа с картосхемами городов, проведение социологического опроса.

3. Оценка комфортности рабочей и жилой среды (12ч)

Техногенная среда и её воздействие на эмоциональный фон и работоспособность. Комфортная визуальная среда - один из компонентов жизнеобеспечения человека. Экологическая оценка рабочей зоны. Эргономическая оценка рабочей зоны.

Практические занятия.

Сопоставление воздействия окраски школьных помещений и жилых комнат со своим эмоциональным состоянием.

Оценка соответствия цветовой гаммы назначению помещений.

Создание модельного варианта интерьера рабочей зоны или жилого помещения.

Проведение экологической оценки рабочей зоны.

Проведение эргономической оценки рабочей зоны.

4. Мы и Устойчивое развитие (4ч)

Концепция устойчивого развития общества. Принципы и их связь с действиями сообщества людей на местном уровне и с действиями каждого конкретного человека. Повышение качества жизни без угрозы для будущего.

Практические занятия.

Разработка и проведение социологических опросов разных групп респондентов по проблеме их отношения к окружающей среде.

Культура водопотребления.

Учебно-тематический план 4-го года обучения

№ п/п	Тема	Количество
1.	Общественные отношения	10
2.	Воздействие человека на окружающую среду	8
3.	Оценка комфортности рабочей и жилой среды	12
4.	Мы и Устойчивое развитие	4
	Итого:	34