

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

Администрация муниципального образования Кимовский район

МКОУ Кропотовская СОШ

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО
учителей предметников

Иванова Н.А.
Протокол №1
от «28» 08 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Педагогический
совет

Медведева С.А.
протокол №1
от «28» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор

Медведева С.А.
Приказ №49
от «28» 08 2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса по биологии

«Экология человека: культура здоровья»

для обучающихся 8 класса

д. Кропотово, 2023 год

Пояснительная записка

Программа элективного курса по биологии: «Экология человека: культура здоровья» рассчитана для 8 класса в рамках предпрофильной подготовки учащихся.

Предлагаемый курс составлен на основе программы: Экология. 8-11 классы: программы для общеобразовательных учреждений/сост. Г.М. Пальдяева. – М.: Дрофа, 2011. – 158с.

Основная концепция данного курса заключается в следующем. Значение условий жизни человека (общества) и окружающей среды есть необходимое условие формирования личностных принципов «здорового образа жизни» и «экологического императива поведения».

Конституция РФ закрепляет право человека на благоприятную окружающую среду, достоверную информацию о ее состоянии и на возмещение ущерба, причиненного его здоровью или имуществу экологическим правонарушением. Одновременно с признанием экологических прав человека Конституция возлагает на каждого субъекта обязанность сохранять окружающую среду, бережно относиться к природным богатствам.

Только при условии внутреннего осознания и понимания жизненной необходимости соблюдения своих экологических прав и обязанностей, норм и правил поведения человек научится управлять собственным поведением, деятельностью и психическими процессами, направленными на сохранение собственного здоровья и благоприятной окружающей среды для жизни настоящих и будущих поколений.

Мы живем накануне новой парадигмы, когда современная экономическая парадигма вскоре должна уступить место экологической. Главное условие данного перехода – формирование у человека экологического мировоззрения, которое определяет новые, экологически оправданные нормы поведения, жизненные стремления, интересы, труд и быт людей.

Научно-методическое обоснование структуры построения и содержания курса

Экология человека – комплексная дисциплина, исследующая общие законы взаимоотношения биосферы и антропосистемы (структурных уровней человечества, его групп и индивидуумов), влияние природной и социальной среды на человека и группы людей, условия жизни и быта людей.

Экология человека включает в себя как социально-психологические и экологические отношения людей между собой, так и отношение людей к природе, т.е. представляет собой комплексную эколого-социально-экономическую отрасль знаний, где все социальные, экономические и природные условия

рассматриваются как одинаково важные составляющие среды жизни человека, обеспечивающие разные стороны его потребностей.

Достижение гармонии природы и человека в рамках модели устойчивого развития можно лишь при достижении личностью в своем саморазвитии экологической и социальной зрелости, которая определяет четко выраженную экологическую направленность действий человека. Это обеспечивается необходимым комплексом ценностных ориентаций, установок, мировоззренческих позиций, которые включают природу в число важнейших личностных приоритетов и ценностей, ориентирующих человека в его деятельности и саморазвитии на активное, широкое и гармоничное взаимодействие с природой.

Появившись как вид благодаря развитию общественного труда, требовавшего использования орудий и искусственной формы коммуникации (языка), человек делает свою жизнедеятельность предметом своей воли и своего отношения. Общество своим существованием превращает природные функции человека в социальные, ставя их на службу общественному развитию. Социальное не уничтожило, не устранило биологическое в человеке, а включило его в новые системы связей и отношений, подчиняя качественно новым законам социальной формы движения.

С момента рождения человек находится в человеческом мире, в человеческих условиях, среди предметов, наполненных смыслом, имеющих социальные функции. Все формирующееся у индивида способности и функции возникают только в определенной общественной среде, только путем деятельности и воспроизводства ее опыта. Потребности и мотивы человека приобретают общественно сформированный характер.

Именно поэтому факультативный курс «Экология человека» обязательно должен включать в себя рассмотрение условий жизни и жизнедеятельности человека в обществе, истории отношений в системах «человек-природа» и «общество-природа», проблемы здоровья человека и влияния на него окружающей природной и социальной среды, проблемы экологической культуры, демографии, урбанизации, экологического образования, экологического права и другие социальные и социально-экономические проблемы, во многом определенные социальной деятельностью самого человека, его творческой самодеятельностью.

Теоретическая и практическая части курса предполагают широкое использование видеofilьмов, слайдов, сети Интернет (перечень основных открытых сайтов по разделам курса предполагается в списке рекомендуемой литературы), а также посещение тематических выставок, промышленных

предприятий, охраняемых объектов, интересных с познавательной точки зрения и способствующих формированию экологической культуры.

Цель курса: формирование экологической культуры на базе комплексного изучения различных проблем экологии человека и законов развития системы «общество-природа».

Задачи курса:

1. Расширить и углубить знания учащихся об основных факторах, определяющих условия жизни человека, об истории и законах развития взаимоотношений человека и природы, о негативных последствиях для человека деградации природной и искусственной окружающей среды, о негативных экологических и социальных последствиях деградации духовной среды, об экологической культуре, экологических движениях и ноосферном пути развития.
2. Обосновать необходимость перехода человека и общества на экологический (ноосферный) путь развития.
3. Научить мотивировать свои дела и поступки в защиту сохранения и оздоровления окружающей среды.

В рабочую программу внесены изменения:

- Расширена практическая часть, в рабочей программе 11 практических работ, которые направлены на приобретение обучающимися практических навыков и умений.
- На уроке №3 включено анкетирование «Наши потребности», с целью определения потребностей человека, понятий о среде и качестве жизни человека.

Содержание элективного курса

«Экология человека: здоровье человека»

8 класс

Тема 1. Введение (1 час)

Экология человека как наука: значение, основные цели и задачи, современное состояние и перспективы развития.

Практическая работа №1. «Оценка биологического возраста человека»

Тема 2. Условия жизни человека (6 часов)

Понятие о среде и качестве жизни. Потребности человека (биологические, этнические, психологические, социальные, трудовые, экономические, духовные). Активное приспособление человека к природной окружающей среде. Миграции и расселение человека в пространстве и времени. Демография человека. Демографический взрыв, демографический кризис и их экологические последствия. Болезни и эпидемии. Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания). Медицинская география.

Практическая работа №2 «Определение обеспеченности организма витаминами и микроэлементами».

Практическая работа №3 «Комплексный анализ собственного рациона, обнаружение симптомов алиментарной недостаточности».

Практическая работа №4 «Оценка санитарно-гигиенического состояния школьного кабинета»

Тема 3. История взаимоотношений человека и природы (4 часа)

Экологические последствия появления человека на Земле. История изменений взаимоотношений человека и природы. Экологические кризисы. Переход к современной искусственной модели окружающей среды. Медицинские аспекты исторически происходившей деградации и загрязнения окружающей среды.

Практическая работа №5 «Антропогенные факторы среды и их влияние на человека».

Практическая работа №6 «Семейное наследование признаков здоровья и нездоровья. Составление родословной»

Тема 4. Негативные последствия деградации и загрязнения окружающей среды, пути их ликвидации (6 часов)

Основные антропогенные факторы деградации природной среды. Воздействие измененной и загрязненной природной среды на человека. Рекультивация природной среды. Рекреация и курортология. Особо охраняемые территории и их

значение для человека. Экологические технологии. Основные законы развития системы «общество-природа».

Практическая работа №7 «Проблемы природопользования».

Тема 5. Негативные воздействия искусственной окружающей среды, пути их ликвидации и ослабления (8 часов)

Основные экологические факторы негативного воздействия на здоровье человека искусственной окружающей среды. Влияние техногенных катастроф на здоровье и условия жизни человека. Пути улучшения искусственной окружающей среды. Коммунальная гигиена. Ограничение и культура потребления. Проблемы урбанизации. Оздоровление окружающей среды городов. Улучшение санитарно-гигиенического состояния городских территорий. Охрана природы в городах. Создание городских информационных банков и систем экологического мониторинга. Экополитика.

Практическая работа №8 «Расчетная оценка количества выбросов вредных веществ в воздух от автотранспорта».

Практическая работа №9 «Исследование качества питьевой воды в квартире».

Практическая работа №10 «Выяснение причин отравления и оказание первичной помощи».

Тема 6. Деградация духовной среды, ее последствия для человека, пути духовного возрождения (9 часов)

Основные причины деградации духовной среды. Экологические последствия деградации духовной среды (бездуховность, безнравственность, социальная напряженность, самоубийства, войны, терроризм и т.д.). Миграционные процессы и связанные с ними проблемы демографии. Пути духовного возрождения. Социальная гигиена. Экологическое миропонимание. Экологическая культура. Экологическое образование. Экологические движения и международное экологическое сотрудничество. Экологическое право. Ноосферный путь развития

Практическая работа №11 «Обнаружение вредных веществ в продуктах питания».

Требования к уровню подготовки обучающихся

Учащиеся должны знать:

- Основные факторы, определяющие условия жизни человека;
- Историю взаимоотношений человека и природы, основные законы развития системы «общество-природа»;
- Основные антропогенные причины деградации природной окружающей среды, ее влияние на здоровье человека и пути ликвидации ее последствий;
- Основные техногенные причины ухудшения искусственной окружающей среды; влияние среды на здоровье человека и пути ее оздоровления;
- Основные причины деградации духовной среды, ее последствия для человека и пути духовного возрождения;
- Основные проблемы социальной экологии (проблемы демографии, урбанизации, экологической культуры и образования, экологического права и т.д.);
- Основные принципы ноосферного пути развития.

Учащиеся должны уметь:

- Оценивать условия жизни, прогнозировать изменение их в лучшую или худшую сторону, разрабатывать и осуществлять конкретные меры по их улучшению;
- Исходя из исторического экологического опыта, прогнозировать развитие различных современных экологических ситуаций;
- Организовывать и осуществлять комплекс мероприятий по оздоровлению природной и искусственной окружающей среды;
- Принимать меры и проводить разъяснительную работу по улучшению духовной окружающей среды;
- Использовать полученные знания в своей реальной общественной и практической деятельности;
- Развивать творческие (исследовательские) взаимосвязи с товарищами.

Критериями оценки различных форм работ обучающихся на занятии являются уровни: высокий, средний, низкий.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
курса «Экология человека», 8 класс

Название темы	Кол-во занятий	Из них:	
		Теоретических занятий	Практических занятий
Тема 1. Введение	1	-	1
Тема 2. Окружающая среда и здоровье человека	6	5	1
Тема 3. Влияние факторов среды на системы органов	22	10	12
Тема 4. Репродуктивное здоровье	6	6	-
ИТОГО	35	21	14

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название темы	Кол-во часов	Методы обучения	Формы организации деятельности	Оборудование, ресурсы	Формы контроля	Домашнее задание	Дата
Тема 1. Введение (1 час)								
1.	Введение. Экология человека как наука.	1	Практический , наглядный	<i>Практическая работа № 1 «Оценка биологического возраста человека»</i>	Методика проведения практической работы	Практическая работа	Опорный конспект	
Тема 2. Окружающая среда и здоровье человека (6 часов)								
2.	Здоровье и образ жизни.	1	Практический , наглядный	<i>Практическая работа №2 «Оценка состояния физического здоровья»</i>	Методика проведения практической работы	Обсуждение результатов практической работы	Сообщение по теме «Мои этнические корни. Этнография моей семьи»	
3	История развития представлений о здоровом образе жизни	1	Урок-дискуссия	Урок - беседа	Вопрос-ответ	Сообщения обучающихся	Презентация	
4.	Из истории развития взаимоотношений человека с природой.	1	Видео-урок	Комбинированный урок	https://yandex.ru/video/preview/756459551354505504	Обсуждение просмотра	Ответить на вопросы на стр.21-22	

5.	Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях.	1	Работа с доп. литературой	Урок-беседа	Слайды, фотографии	Сообщения обучающихся	Письменная работа на тему «Доказательства, что все представители человечества относятся к виду Человек разумный»	
6.	Влияние климатических факторов на здоровье.	1	Комбинированный урок	Поиск ответов на вопросы в Интернете, обсуждение ответов	Вопрос-ответ	Работа в сети Интернет	Ответы на вопросы стр.31	
7.	Экстремальные факторы окружающей среды.	1	Комбинированный урок	Работа с дополнительной литературой.	Слайды, фотографии, презентация	Творческие работы по теме	Опорный конспект	

Тема 3. Влияние факторов среды на системы органов (21 час)

8.	Вредные привычки (болезненные, пагубные пристрастия).	1	Урок - беседа	Составление опорного конспекта	Работа в парах	Текущий опрос	Опорный конспект	
9.	Условия правильного формирования опорно-двигательной системы.	1	Урок поиска ответов на вопросы	Работа с учебником	Методика проведения самостоятельной работы	Самостоятельная работа	Опорный конспект	
10.	Воздействие двигательной активности на организм человека.	1	Комбинированный урок	<i>Практическая работа № 3 «Оценка подготовленности организма к занятиям»</i>	Методика проведения практической работы	Обсуждение результатов практической работы	Сообщения	

				физической культурой»				
11.	Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови	1	Комбинированный урок	Работа с учебником	Работа с учебником	Самостоятельная работа по заданию учителя	Опорный конспект	
12.	Иммунитет и здоровье	1	Комбинированный урок	Видео-урок, практическая работа № 4 «Оценка состояния противои инфекционного иммунитета»	https://www.youtube.com/watch?v=btZ8btMKhMg	Практическая работа	Опорный конспект	
13.	Условия полноценного развития системы кровообращения.	1	Практический, наглядный	Практическая работа № 5 «Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку»	Методика проведения практической работы	Практическая работа	Опорный конспект	
14.	Профилактика нарушений деятельности сердечно-сосудистой системы	1	Практический, наглядный	Практическая работа № 6 «Определение стрессоустойчивости сердечно-сосудистой системы»	Методика проведения практической работы	Практическая работа, обсуждение результатов	Опорный конспект	
15	Правильное дыхание	1	Комбинированный урок	Практическая работа № 7 «Влияние холода на частоту дыхательных движений»	Методика проведения практической работы	Обсуждение результатов практической работы	Опорный конспект	
16.	Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты – важный экологический фактор.	1	Работа с доп. литературой, беседа	Комбинированный урок	Слайды, фотографии	Сообщения учащихся	Опорный конспект	
17.	Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний.	1	Комбинированный урок	Практическая работа № 8 «О чем может рассказать упаковка»	Методика проведения практической работы	Обсуждение результатов практической работы.	Опорный конспект	

					работы.			
18.	Рациональное питание и культура здоровья.	1	Проектная деятельность	<i>Практическая работа № 9 «Примерный подсчет калорийности и определение состава пищи в кулинарном изделии»</i>	Методика проведения практической работы	Подготовка и защита проекта на тему «Блюда национальной кухни: попытка объяснения вековых традиций»	Устный опрос материала параграфа 18.	
19.	Воздействие солнечных лучей на кожу.	1	Беседа, наглядный	Комбинированный урок	Презентации «Правила пребывания на солнце».	Фронтальный опрос	Устный опрос.	
20.	Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции.	1	Работа с доп.литературой, беседа	<i>Практическая работа № 10 с применением оборудования лаборатории Точка роста «Изучение температуры на различных участках тела человека»</i>	Заполнение таблиц.	Обсуждение результатов практической работы.	Опорный конспект.	
21.	Средства и способы закаливания.	1	Комбинированный урок.	<i>Защита творческих проектов по теме «Советы косметолога – как ухаживать за кожей».</i>	Проектная деятельность	Защита творческих проектов.	Опорный конспект	
22.	Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы.	1	Комбинированный урок	<i>Практическая работа № 11 «Развитие утомления» и коллективная работа по созданию презентации</i>	Презентация «Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы.»	Обсуждение результатов	Устный опрос по теме	

23.	Оздоровление окружающей среды городов. Улучшение санитарно-гигиенического состояния городских территорий	1	Практический, наглядный	<i>Практическая работа № 12</i> «Выяснение причин отравления и оказание первичной помощи»	Методика проведения практической работы	Практическая работа	Презентация	
24.	Условия нормального функционирования зрительного анализатора.	1	Видео-урок	Просмотр видео-урока и обсуждение	Видео-урок «Условия нормального функционирования зрительного анализатора».	Обсуждение. Составление конспекта.	Опрос по вопросам стр.99	
25.	Внешние воздействия на органы слуха и равновесия.	1	Практическая работа	<i>Практическая работа № 13</i> «Воздействие шума на остроту слуха»	Обсуждение результатов практической работы.	Поиск ответов на вопросы стр.103 в материале параграфа	Опорный конспект.	
26.	Чувствительность к внешним воздействиям и тип высшей нервной деятельности.	1	Комбинированный урок	Теппинг-тест и <i>практическая работа № 14</i> «Определение некоторых свойств нервных процессов, лежащих в основе деления на типы высшей нервной деятельности»	Обсуждение результатов Построения графика «кривая работоспособности»	Обсуждение графиков и составление рекомендаций	Творческая работа по теме.	
27.	Биоритмы и причины их нарушений.	1	Беседа, наглядный	Комбинированный урок	Лабораторная работа (домашняя) «Оценка суточных изменений некоторых физиологических	Текущий опрос	Ответы на вопросы параграфа	

					показателей»			
28.	Гигиенический режим сна – составляющая здорового образа жизни.	1	Беседа	Урок-беседа	Ответы на проблемные вопросы.	Фронтальный опрос	Опорный конспект	
29.	Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции.	1	Дискуссия	Урок-рассуждение.	Дополнительная литература	Фронтальный опрос	Опорный конспект	
Тема 4. Репродуктивное здоровье (6 часов)								
30.	Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов.	1	Самостоятельная работа	Поиск ответов на поставленные вопросы	Работа в сети Интернет	Обсуждение	Опорный конспект	
31.	Проблемы взросления и культура здоровья	1	Комбинированный урок	Урок-беседа	Слайды, фотографии	Выступление фельдшера Кропотовского ФАП	Ответы на вопросы параграфа	
32.	Факторы риска внутриутробного развития	1	Наглядный	Видео-урок	https://rutube.ru/video/1f7471b9403c810b2d9c1e9784c27261/	Ответы на вопросы параграфа	Опорный конспект	
33.	Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путем.	1	Работа с доп.литературой, беседа	Урок-беседа	Слайды, фотографии	Ответы учителя на вопросы учащихся	Опорный конспект	
34.	Ответственное поведение как социальный фактор	1	Дискуссия	Комбинированный урок	Работа с дополнительной литературой	Фронтальный опрос	Параграф 35	
35.	Итоговое занятие	1	Познавательная игра	Урок-игра	Познавательная игра «Человек – часть природы»	Фронтальный опрос		

Информационно-методическое обеспечение

Дополнительная литература

1. Арский Ю. М. и др. Экологические проблемы. Что происходит, кто виноват и что делать. – М.: МНЭПУ, 1997г.
2. Экология для школьников: атлас/под ред. А.Т. Зверева. – М.: АСТ-ПРЕСС, 2001.
3. Брагина С.В., Игнатович И.В., Сарьян А.В. Взаимоотношения общества и природы. – М.: НИИ-природа, 1999.
4. Вернадский В.И. Размышление натуралиста. – М.: Наука, 1975.
5. Голубев В.С., Козлова О.Н. Экологическая культура. – М.: Горизонт, 1997.
6. Кондратьев И.Я., Крапивин В.Ф., Савиных В.П. Перспективы развития цивилизации. Многомерный анализ. – М.: Логос, 2003.
7. Неплох Я.М. Человек, познай себя! – СПб.: Наука, 1991.
8. Концепции современного естествознания: лучшие рефераты. – Ростов н/Д: Феникс, 2002
9. Тейяр де Шарден. Феномен человека. – М.: АСТ, 2002.
10. Тель Л.З. Валеология. Учение о здоровье, болезни и выздоровлении. – М.: Астрель, 2001.
11. Трушкина Л.Ю., Трушкин А.Г., Демьянова Л.М. Гигиена и экология человека. – Ростов н/Д: Феникс, 2003.
12. Хабарова Е.И., Панова С.А. Экология в таблицах. – М.: Дрофа, 2001.
13. Яблоков А.В., Юсуфов А.Г. Эволюционное учение. – М.: Высшая школа, 2004.

Интернет-ресурсы

www.ecolife.ru/index.shtml/ - журнал «Экология и жизнь»

www/edu.nsu.ru/noos/ecology/ - экологический раздел

www.ecoguild.narod.ru/ - сайты Гильдия экологов

www.gost.newmail.ru/ecos.htm - система нормативов охраны и рационального использования природных ресурсов