

*Приложение к ООП ООО,
утвержденной приказом №54 от 20.07.2023 г.*

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя школа №24»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности

«Экология человека»

8 класс

село Иевлево, Богородицкий район, Тульская область, 2023

Пояснительная записка.

Данная рабочая программа «Экология человека» для 8 класса соответствует требованиям федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и разработана на основе программы внеурочной деятельности «Экологическая культура и здоровый образ жизни», 8 класс, авторы Е. Н. Дзятковская, А. Н. Захлебный, Л. И. Колесникова, А. Ю. Либеров, Н. М. Мамедов. - М.: Просвещение, (Работаем по новым стандартам).

Здоровье – основополагающая составляющая всей жизни и деятельности человека. Особую актуальность проблема здоровья приобрела в наше время в связи с ухудшением экологической обстановки не только в отдельных регионах, но и на планете в целом. Программой предполагается изучение факторов окружающей среды, влияющих на здоровье человека. Необходимо указывать не только факторы, снижающие здоровье, но, что более важно, и факторы, укрепляющие здоровье.

Цель курса – формирование у школьников системы знаний и убеждений, обеспечивающих духовное отношение к себе, к своему здоровью, к окружающему миру.

Определение ценности санитарно-гигиенических и экологических знаний в формировании личности позволит сформулировать общие цели:

- осознание жизни как наивысшей ценности, умение строить свои отношения с природой и обществом на основе уважения к жизни, ко всему живому как уникальной и бесценной части биосферы;
- разностороннее развитие личности учащихся: наблюдательности, устойчивого познавательного интереса, стремление к самообразованию и применению полученных знаний на практике;
- формирование санитарно - гигиенической культуры, их экологического мышления и нравственности.

Таким образом, цели данного курса сводятся к решению следующих **задач**:

- способствовать формированию жизненной позиции и осознанному выбору профиля обучения в старшей школе;
- приобщать к самостоятельному пополнению знаний по этому направлению, овладение которыми поможет им ориентироваться в современном мире;
- воспитывать учащихся средствами данного курса;
- формировать экологическую и гигиеническую грамотность – важную составляющую культуры каждого человека;
- развивать познавательно - практическую направленность, свободу и творческую мысль;
- формировать общеучебные умения работы с научно- популярной литературой.

Место курса в учебном плане.

Программа «Экология человека» относится к общеинтеллектуальному направлению, рассчитана на один год обучения, объемом в 33 часа, 1 час в неделю.

СОДЕРЖАНИЕ.

Глава I «Окружающая среда и здоровье человека»

Что изучает экология человека. Свойства человека как биосоциального существа. Ведущая роль законов общественной жизни в социальном прогрессе человечества.

Здоровье и образ жизни. История развития представлений о здоровом образе жизни. Из истории развития взаимоотношений человека с природой. Различия между людьми, проживающими в разных природных зонах. Влияние климатических условий на здоровье человека. Экстремальные факторы окружающей среды.

Лабораторная работа «Оценка состояния физического здоровья».

Защита проектов. Семинар.

Глава II «Влияние факторов среды на системы органов»

Вредные привычки (болезненные, пагубные пристрастия) их влияние на функционирование систем органов. Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Воздействие двигательной активности на организм человека. Основные виды физических упражнений. Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови.

Иммунитет и здоровье. Онкологические заболевания. Аллергия. Инфекционные болезни и проблемы долголетия. СПИД. ВИЧ-инфицированные люди. Меры профилактики по борьбе со СПИДом. Условия полноценного развития системы кровообращения. Возрастные изменения в системе кровообращения. Профилактика нарушений деятельности сердечнососудистой системы. Правильное дыхание.

Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты – важнейший экологический фактор. Химический анализ продуктов, расчёт калорийности питания. Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний. Рациональное питание и культура здоровья. Воздействие солнечных лучей на кожу. Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции. Средства и способы закаливания. Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Условия нормального функционирования зрительного аппарата. Внешнее воздействие на слух и орган равновесия. Шумовые загрязнения и связанные с ним болезни.

Стресс как негативный биосоциальный фактор. Чувствительность к внешним воздействиям и тип высшей нервной деятельности. Биоритмы и

причины их нарушений. Гигиенический режим сна – составляющая здорового образа жизни. Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции.

Лабораторные работы

- «Оценка подготовленности организма к занятиям физкультурой».
- «Оценка состояния противомикробного иммунитета».
- «Реакция сердечнососудистой системы на физическую нагрузку».
- «Определение стрессоустойчивости сердечнососудистой системы».
- «Влияние холода на частоту дыхательных движений».
- «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды».
- «Влияние холода на частоту дыхательных движений».
- «Развитие утомления».
- «Воздействие шума на остроту слуха».
- «Определение некоторых свойств нервных процессов».
- «Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей».

Практические работы

- «О чём может рассказать упаковка».
 - «Режим двигательной активности для людей разных возрастных групп».
- Конференция. Защита проектов.

Глава III «Репродуктивное здоровье»

Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов. Проблемы взросления и культура здоровья. Факторы риска внутриутробного развития. Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путём. Ответственное поведение как социальный фактор.

Формы проведения занятий

- исследовательская работа в библиотеке, музеях, Интернете;
- деятельность редколлегии классной экологической газеты;
- пресс-конференция;
- оформление информационного уголка в классе;
- проекты-исследования;
- дискуссионный клуб;
- ролевые ситуационные игры;
- просветительские проекты.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА «Экология человека»

Личностные результаты:

- 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:

- Владение 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;
- 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.

Предметные результаты

В ходе занятий внеурочной деятельности школьники должны демонстрировать знания, умения и навыки

- Способность различать научную и паранаучную информацию о влиянии различных факторов на человека и его здоровье.
- Знание экологических и социальных факторов влияющих на здоровье человека.
- Умение описывать влияние экологических и социальных факторов на здоровье человека.
- Умение различать случайные и закономерные влияния экологических факторов на здоровье и работоспособность человека.
- Умение прогнозировать возможные последствия изменения окружающей среды на бытовом уровне.
- Умение объяснять значение и место взаимоотношений человека и природы в материальной и духовной культуре человека.

- Навыки сравнения проблем здоровья у людей разных профессий и социальных групп в зависимости от общекультурных позиций, ценностных установок и ориентации.
- Умение организовывать диалог и находить компромиссы по вопросам оптимизации собственных отношений со средой.
- Проявление активности в пропаганде здорового образа жизни и отказе от вредных привычек.
- Понимание важности сохранения здоровья как одной из главных ценностей жизни.
- Овладение навыками здорового образа жизни.
- Повышение уровня общих и специальных знаний и умений по биологии

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов, блоков, тем	Количество часов
1.	Глава I «Окружающая среда и здоровье человека»	6ч.
2.	Глава II «Влияние факторов среды на системы органов»	23ч.
3.	Глава III «Репродуктивное здоровье»	5ч.
Итого:		34

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения
1.	Экологические факторы, влияющие на здоровье человека	1	
2.	Здоровье и образ жизни.	1	
3.	История развития представлений о здоровом образе жизни.	1	
4.	Различия между людьми, проживающими в разных природных зонах.	1	
5.	Влияние климатических условий на здоровье человека.	1	
6.	Экстремальные факторы окружающей среды.	1	
7.	Вредные привычки (болезненные, пагубные пристрастия).	1	

8.	Условия правильного формирования опорно-двигательной системы.	1	
9.	Воздействие двигательной активности на организм человека.	1	
10.	Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови.	1	
11.	Иммунитет и здоровье.	1	
12.	Условия полноценного развития системы кровообращения.	1	
13.	Профилактика нарушений деятельности сердечнососудистой системы.	1	
14.	Правильное дыхание.	1	
15.	Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты – важнейший экологический фактор.	1	
16.	Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний.	1	
17.	Рациональное питание и культура здоровья.	1	
18.	Рациональное питание и культура здоровья.	1	
19.	Состояние кожи и её производных. Воздействие солнечных лучей на кожу.	1	
20.	Состояние кожи и её производных. Воздействие солнечных лучей на кожу.	1	
21.	Средства и способы закаливания.	1	
22.	Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы.	1	
23.	Условия нормального функционирования зрительного аппарата.	1	
24.	Условия нормального функционирования зрительного аппарата.	1	
25.	Стресс как негативный биосоциальный фактор.	1	
26.	Чувствительность к внешним воздействиям и тип высшей нервной деятельности.	1	
27.	Биоритмы и причины их нарушений.	1	
28.	Гигиенический режим сна – составляющая здорового образа жизни.	1	

29.	Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов.	1	
30.	Проблемы взросления и культура здоровья.	1	
31.	Факторы риска внутриутробного развития.	1	
32.	Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путём.	1	
33.	Ответственное поведение как социальный фактор.	1	
34.	Подведение итогов за год.	1	

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА ПО КУРСУ «Экология человека»**

Литература для учащихся

1. Драгомилов А.Г. Маш Р.Д. Биология 8 класс. М. Вентана-Граф 2009. (любой учебник для 8 класса, допущенный Министерством образования РФ)
2. Пугал Н.А., Биология. Человек. Практикум по гигиене. / Пугал Н.А., Волошина Е.В., Маш Р.Д., Беляев В.И. М.: Аркти, 2002.
3. Пугал Н.А., Козлова Т.А. Лабораторные и практические занятия по биологии. Человек и его здоровье М.: Гуманитарный издательский центр «Владос», 2003.
4. Федорова М. З., Кучменко В. С, Лукина Т. П. Экология человека. Культура здоровья: Учебное пособие для учащихся 8 класса общеобразовательных учреждений. М., 2006.
5. Федорос Е.И., Нечаева Г.А. Экология в экспериментах: учебное пособие для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений. – М.: Вентана-Граф, 2006.
6. Хабарова Е.И., Панова С.А. Экология. Краткий справочник школьника. 9-11 кл. М.: Дрофа, 1997.
7. Энциклопедия для детей. Т 17. Человек (3 части) – 2-е издание / Глав. ред. М.Д.Аксёнова.- М.:Аванта +, 2003.
8. Энциклопедия для детей. Т 19. Экология – 2-е издание / Глав.ред. В.А. Володин. - М.:Аванта +, 2001.
9. Интернет-ресурсы.

Литература для учителя

1. Алексеева Т.М. Адаптация человека в различных экологических нишах Земли (биологические аспекты). – М.: МНЭПУ, 1998.
2. Анастасова Л.П. Формирование здорового образа жизни подростков на уроках биологии: Методическое пособие. 6-9 классы. – М.: Вентана-Граф, 2006.-208с.
3. Величковский Б.Т., Кирпичев В.П., Суравегина. Н.Т. Здоровье человека и окружающая среда: учебное пособие – М.: – Новая школа – 1997 г.
4. Вишаренко В.С., Толоконцев Н.А. Экологические проблемы городов и здоровье человека. М.: Знание, 2002.
5. Вронский В.А. Прикладная экология. Ростов – на – Дону: Феникс,1996.
6. Димитриев А.Д. Экология и здоровье человека. М. Просвещение – 2003г.
7. Лаптев А.П "Закаливайтесь на здоровье". Москва. "Медицина" 1991г.
8. Носов Е.Н. «Культура здоровья: формирование здорового образа жизни». Лабораторный практикум //Биология в школе, 2010 - №6 – с.48-56
9. Прохоров Б.Б. Экология человека: Учебник для студентов высших учебных заведений. – М.: Академия, 2008
10. Суматохин С.В. «Особенности развития и половое воспитание подростков» //Биология в школе, 2010 - №10 – с.33-42
11. Хаскин В.В., Акимова Т.А., Трифонова Т.А. Экология человека. – М: Экономика, 2008. 2 Гора Е.П. Экология человека: учебное пособие для вузов. – М.: Дрофа, 2007.
12. Экология человека: словарь-справочник. Под общ. ред. Н.А.Агаджаняна. – М.: «КРУК», 1997.

Цифровые образовательные ресурсы:

1 Цифровые компоненты учебно-методического комплекса по основным разделам курса биологии (могут быть ориентированы на систему дистанционного обучения, различные формы учебной деятельности (в том числе игровую), носить проблемно-тематический характер и обеспечивать дополнительные условия для изучения отдельных предметных тем и разделов стандарта. В любом случае эти пособия должны предоставлять техническую возможность построения системы текущего и итогового контроля уровня подготовки учащихся (в том числе в форме тестового контроля).

2 Коллекция цифровых образовательных ресурсов по курсу биологии и экологии человека (культура здоровья) в том числе задачник. (Коллекция цифровых образовательных ресурсов включает комплекс информационно - справочных материалов, объединённых единой системой навигации и ориентированных на различные формы познавательной деятельности, в том числе исследовательскую проектную работу. В состав коллекции могут входить тематические базы данных, фрагменты источников и текстов из

научных и научно-популярных изданий, фотографии, анимация, таблицы, схемы, диаграммы и графики, иллюстративные материалы, аудио- и видеоматериалы. Коллекция образовательных ресурсов может размещаться в сетевом варианте (в том числе на базе образовательной организации)). Презентации по темам занятий.

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Реализуется безоценочная форма организации обучения. Для отслеживания динамики результативности учащихся применяются различные формы контроля: фронтальный опрос, беседа, индивидуальный опрос, лабораторные и практические работы, тестовый контроль, подготовка сообщений, исследовательские и проектные работы.

Особенности оценки индивидуальных проектов

Выполнение индивидуального проекта не является обязательным для каждого обучающегося. Обучающиеся сами выбирают тему проекта.

Результатом (продуктом) проектной деятельности может быть любая из следующих работ:

- а) письменная работа (эссе, реферат, аналитические материалы, обзорные материалы, отчёты о проведённых исследованиях, стендовый доклад и др.);
- б) художественная творческая работа (в области литературы, музыки, изобразительного искусства, экранных искусств), представленная в виде прозаического или стихотворного произведения, инсценировки, художественной декламации, исполнения музыкального произведения, компьютерной анимации и др.;
- в) материальный объект, макет, иное конструкторское изделие;
- г) отчётные материалы по социальному проекту, которые могут включать как тексты, так и мультимедийные продукты.

В состав материалов, которые должны быть подготовлены по завершению проекта для его защиты, в обязательном порядке включаются:

- 1) выносимый на защиту продукт проектной деятельности, представленный в одной из описанных выше форм;
- 2) подготовленная учащимся краткая пояснительная записка к проекту (объёмом не более одной машинописной страницы) с указанием для всех проектов: а) исходного замысла, цели и назначения проекта; б) краткого описания хода выполнения проекта и полученных результатов; в) списка использованных источников. Для конструкторских проектов в пояснительную записку, кроме того, включается описание особенностей конструкторских решений, для социальных проектов — описание эффектов/эффекта от реализации проекта;
- 3) краткий отзыв руководителя, содержащий краткую характеристику работы учащегося в ходе выполнения проекта, в том числе: а) инициативности и самостоятельности; б) ответственности (включая динамику отношения к выполняемой работе); в) исполнительской дисциплины. При наличии в выполненной работе соответствующих оснований в отзыве может быть также

отмечена новизна подхода и/или полученных решений, актуальность и практическая значимость полученных результатов.

Общим требованием ко всем работам является необходимость соблюдения норм и правил цитирования, ссылок на различные источники. В случае заимствования текста работы (плагиата) без указания ссылок на источник проект к защите не допускается.

Защита осуществляется в процессе урока или на школьной конференции.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 24", Давыдов Николай Васильевич, Директор

28.08.24 11:31 (MSK)

Сертификат 457DCACD6325623BD9011BD1B5E0CBF1