

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Республики Татарстан**  
**Исполнительный комитет Дрожжановского муниципального района**  
**РТ МБОУ «Стародрожжановский многопрофильный лицей»**

**РАССМОТРЕНО**

**Руководитель МО**

**Кондрашкина И.В.**

**Протокол №1**

**от «29» августа 2023 г.**

**ПРИНЯТО**

**Педагогическим  
советом МБОУ  
«Стародрожжановский  
многопрофильный  
лицей»**

**Протокол №1**

**от «29» августа 2023 г.**

**УТВЕРЖДЕНО**

**Директор**



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат: 1958A80003B05F884340C45A73FA76C2  
Владелец: Маркова Наталия Николаевна  
Действителен с 15.05.2023 до 15.08.2024

**Приказ № 63**

**от «31» августа 2023 г.**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного курса «Экология человека»**

**для обучающихся 8 класса**

**С.Старое Дрожжаное, 2023**

**Содержание учебного курса  
«Экология человека»  
8 класс**

**Введение (1 ч)**

Место курса «Экология человека. Культура здоровья» в группе дисциплин естественно-научного цикла. Значимость и практическая направленность курса.

**I. Окружающая среда и здоровье человека (7 ч)**

Экология человека как научное направление, включающее биологическую, социальную и прикладную составляющие. Здоровье. Здоровый образ жизни. История развития представлений о здоровом образе жизни. Из истории развития взаимоотношений человека с природой. Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях. Влияние климатических факторов на здоровье. Экстремальные факторы окружающей среды.

**Лабораторная работа.** Оценка состояния физического здоровья.

**Проектная деятельность.**

Народная мудрость гласит... (пословицы, поговорки, приметы о климате, погоде и здоровье).

**II. Влияние факторов среды на функционирование систем органов (20 ч)**

**1. Вредные привычки**

Вредные привычки-болезненные, пагубные пристрастия.

**2. Опорно-двигательная система (**

Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Двигательная активность. Гиподинамия. Основные категории физических упражнений.

**Проектная деятельность.**

Формирование навыков активного образа жизни.

**2. Кровь и кровообращение**

Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Иммуитет и здоровье. Изменение клеток иммунной системы. Онкологические заболевания. Аллергия. СПИД.

Условия полноценного развития системы кровообращения. Юношеская гипертония.

Профилактика нарушений деятельности органов кровообращения.

**Лабораторные работы.**

Определение стрессоустойчивости сердечно – сосудистой системы.

**Проектная деятельность.**

Здоровье как главная ценность (вакцинация; помощь больным; показатели состояния здоровья).

**3. Дыхательная система**

Правильное дыхание. Горная болезнь.

**Лабораторная работа.**

Влияние холода на частоту дыхательных движений.

**4. Пищеварительная система**

Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты- важный экологический фактор. Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний.

Рациональное питание и культура здоровья. Режим питания. Диета.

**Проектная деятельность.**

Рациональное питание.

**5. Кожа**

Воздействие солнечных лучей на кожу . Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции. Закаливание. Средства и способы закаливания.

**Проектная деятельность.** История возникновения разных способов закаливания у народов мира.

#### **6. Нервная система. Высшая нервная деятельность**

Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Утомление, переутомление, стресс. Стрессоустойчивость и типы высшей нервной деятельности. Темпераменты. Биоритмы. Биологические часы. Гигиенический режим сна.

#### **7. Анализаторы**

Условия нормального функционирования зрительного анализатора. Внешние воздействия на органы слуха и равновесия.

#### **Лабораторная работа.**

Воздействие шума на остроту слуха.

#### **Проектная деятельность.**

Бережное отношение к здоровью.

### **III. Репродуктивное здоровье**

Особенности развития юноши и девушки под действием бисоциальных факторов.

Проблемы взросления и культура здоровья. Гендерные роли.

Ответственное поведение как социальный фактор.

### **Календарно – тематическое планирование уроков экологии в 8 а классе**

№№	Тема урока	Количес тво часов	Вид контроля, измерители	Дата проведения	
				план	факт
<b>Введение (1 ч)</b>					
1	Место курса «Экология человека. Культура здоровья» в группе дисциплин естественно-научного цикла. Значимость и практическая направленность курса.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	6.09	
<b>Тема 1. Окружающая среда и здоровье человека (7 ч)</b>					
2 (1.1.)	Здоровье и образ жизни	1ч	Текущий контроль, лабораторная работа №1 «Оценка состояния физического здоровья.»	13.09	
3 (1.2.)	История развития представлений о здоровом образе жизни	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	20.09	
4 (1.3.)	Из истории развития взаимоотношений человека с природой	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	27.09	

5 (1.4.)	Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях		Текущий контроль, беседа по вопросам	4.10	
6 (1.5.)	Влияние климатических факторов на здоровье	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	11.10	
7 (1.6.)	Экстремальные факторы окружающей среды	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	18.10	
8 (1.7.)	Окружающая среда и здоровье человека»	1ч	Рубежный контроль, тест	25.10	
<b>Тема 2. Влияние факторов среды на функционирование систем органов (20 ч)</b>					
9 (2.1.)	Вредные привычки.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	8.11	
10 (2.2.)	Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Воздействие двигательной активности на организм человека	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	15.11	
11 (2.3.)	Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови.	1ч	Текущий контроль, лабораторная работа №2 «Оценка подготовленности организма к занятиям физической культурой.»	22.11	
12 (2.4.)	Иммунитет и здоровье.	1ч	Текущий контроль, лабораторная работа №3 «Оценка состояния противои инфекционного иммунитета.»	29.11	
13 (2.5.)	Условия полноценного развития системы кровообращения.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам.	6.12	
14 (2.6.)	Профилактика нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы.	1ч	Текущий контроль, лабораторная работа №4 «Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку.»	13.12	
15 (2.7.)	Правильное дыхание.	1ч	Текущий контроль, лабораторная работа №5 «Влияние холода на частоту дыхательных движений.»	20.12	
16 (2.8.)	Пища.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	27.12	

17 (2.9.)	Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	10.01	
18 (2.10.)	Рациональное питание и культура здоровья	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	17.01	
19 (2.11.)	Воздействие солнечных лучей на кожу	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	24.01	
20 (2.12.)	Участие кожи в терморегуляции.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	31.01	
21 (2.13.)	Средства и способы закаливания.		Текущий контроль, беседа по вопросам	7.02	
22 (2.14.)	Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	14.02	
23 (2.15.)	Условия нормального функционирования зрительного анализатора.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	21.02	
24 (2.16)	Внешнее воздействие на орган слуха и равновесия.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	28.02	
25 (2.17.)	Стресс как негативный биосоциальный фактор.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	7.03	
26 (2.18.)	Типы высшей нервной деятельности.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	14.03	
27 (2.19.)	Биоритмы и причины их нарушения. Гигиенический режим сна .	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	21.03	
28 (2.20.)	Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции.	1ч	Текущий контроль, лабораторная работа №5 «Воздействие шума на остроту слуха.»	4.04	

### Тема 3. Репродуктивное здоровье. Развитие организма (5 ч)

29 (3.1.)	Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	11.04	
30 (3.2)	Проблемы взросления и культура здоровья.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	18.04	
31 (3.3.)	Промежуточная аттестация	1ч	Итоговый контроль-тест	25.04	
32 (3.3.)	Гендерные роли	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	16.05	

33 (3.5.)	Ответственное поведение как социальный фактор	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам	23.05	
--------------	---	----	--------------------------------------	-------	--

#### Список литературы:

- <http://www.moluch.ru/conf/psy/archive/33/1912/>
- <http://odiplom.ru/estestvennye-nauki/zdorove-cheloveka>
- <http://www.km.ru/referats/332984-formirovanie-zdorovogo-obraza-zhizni>
- <http://works.doklad.ru/view/T2ehJKcXGxw/2.html>
- <http://rezeptik.ru/zanyatiya-fizkulturoj-profilaktika-zabolevanij/>
- А. М. Цузмер, О.Л. Петришина «Биология. Человек и его здоровье», Москва, 1994
- <https://ru.wikipedia.org/>
- Прохоров Б.Б. Экология человека. Терминологический словарь [Под ред.Б. Б. Прохоров]. - Ростов н/Д: Феникс, 2005 - 476 с.
- Прохоров Б.Б. Экология человека: Учеб. для студ. высш. учеб. Заведений. [Под ред.Б. Б. Прохоров]. - М.: Академия, 2003 - 320 с.

Лист согласования к документу № 152 от 09.03.2024  
Инициатор согласования: Маркова Н.Н. Директор  
Согласование инициировано: 09.03.2024 11:26

**Лист согласования**

Тип согласования: **последовательное**

№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Маркова Н.Н.		Подписано 09.03.2024 - 11:26	-