

Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №7
Имени Героя Советского Союза Орехова Владимира Викторовича
г. Комсомольска-на-Амуре Хабаровского края

«Рассмотрено»
Руководитель ШМО
Т.А. Кошкина
Протокол № *1*
«*22*» *сентября* 2015г.

«Согласовано»
Заместитель руководителя по УВР
МОУ «СОШ №7»
Т.Ю. Далурова
«*22*» *сентября* 2015

«Утверждено»
Руководитель МОУ «СОШ №7»
В.Ю. Малевская
«*22*» *сентября* 2015

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Элективного курса «Экология человека»
9 А класс

Учитель: Моисеева Валентина Ивановна
Первая квалификационная категория

2015-2016 учебный год

Элективный курс по биологии 9а класс
«Экология человека»
Пояснительная записка

В основу рабочей программы положены «Программы элективных курсов. Сборник 3. Биология. Профильное обучение». 10-11 классы. Дрофа. М. 2006 Программа элективного курса «Экология человека» А.Т. Зверев. Также программа составлена на основе:

- Федерального закона ФЗ №273 «Об образовании в Российской Федерации»
- федерального компонента государственного образовательного стандарта общего образования (Приказ Министерства образования РФ от 05.03.2004 №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального, общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»
- федерального базисного учебного плана (Приказ Министерства образования РФ №1312 от 09.03.2004 года «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования»;
- Положения о рабочей программе учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей)

Предлагаемый курс был выбран для учащихся 9 класса, т.к. он является предпрофильным пожарно – техническим.

По учебному плану на элективный курс отведено 1 час в неделю 34 часа в году.

Экология человека – комплексная дисциплина, исследующая общие законы взаимоотношения биосферы и человека, влияние природной и социальной среды на человека и группы людей, условия жизни и быта людей.

Экология человека включает в себя как социально- психологические и этологические людей к природе, т.е. представляет собой эколога – социальную отрасль знаний.

Достижение гармонии природы и человека в рамках модели устойчивого развития возможно лишь при достижении личностью в своем саморазвитии экологической и социальной зрелости.

Курс «Экология человека» включает в себя рассмотрение условий жизни и жизнедеятельности человека в обществе, истории отношений в системах «человек – природа», «общество – природа», проблемы здоровья человека и влияние на него окружающей природной и социальной среды, проблемы экологической культуры.

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

Задачи курса

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 искусственной окружающей среды, о негативных экологических и социальных последствиях деградации духовной среды, об экологической культуре.

Научить мотивировать свои дела и поступки в защиту сохранения и оздоровления окружающей среды.

Учащиеся должны **знать:**

*основные факторы, определяющие условия жизни человека и природы, основные законы развития системы «общество – природа»

*основные причины 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.

Содержание курса.

Общее количество часов - 34

Тема 1 Введение (1ч)

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

Тема 2.Условия жизни человека (6ч)

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

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

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

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

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».

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

Основные экологические факторы негативного воздействия на здоровье человека искусственной окружающей среды. Влияние техногенных катастроф на здоровье и условие жизни человека. Пути улучшений искусственной окружающей среды. Коммунальная гигиена. Ограничение и культура потребления. Проблемы урбанизации. Оздоровление окружающей среды. Охрана природы в городах. Создание городских информационных банков и систем экологического мониторинга. Экополитика.

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

Основные причины деградации духовной среды. Экологические последствия деградации духовной среды. 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.

Рекомендуемая литература

1. Арский Ю.М. и др. экологические проблемы. Что происходит, кто виноват и что делать.- М. МНЭПУ, 1997.
2. Захаров В.Б., Мамонтов С.Г., Сивоглазов В.И. Биология. Общие закономерности.- М.: Школа – Пресс, 1996.
3. Зверев А.Т. Экология: учебник для 5-6кл.- М. ОНИКС 21век, 2005.
4. Теяр Ш. Феномен человека. – М. АСТ, 2002.
5. Трушкина Л.Ю., Трушкин А.Г., Демьянова Л.М. Гигиена и экология человека.- Ростов на Дону: Феникс, 2003
6. Экология для школьников: атлас под ред. А.Т. Зверева. М. АСТ – Пресс, 2001

Интернет -сайты

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

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

Тематическое планирование

№	Название темы	Кол-во часов
1.	Введение	1
2.	Условия жизни человека	6
3	История взаимоотношений человека и природы	4
4	Негативные последствия деградации и загрязнения окружающей среды пути их ликвидации.	6
5	Негативные воздействия искусственной окружающей среды, пути их ликвидации и ослабления.	8
6	Деградация духовной среды, ее последствия для человека, пути духовного возрождения.	9
	Всего	34

	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	год
Всего часов	9	7	10	8	34
Лабораторные работы	2	3	-----	1	6

Календарно – тематическое планирование Элективный курс «Экология человека» 9 класс

Дата	№	Тема	Практические работы
Тема 1. Введение (1 час)			
01.09	1.	1.Экология человека как наука; значение; основные цели и задачи.	
Тема 2. Условия жизни человека (6 часов)			
08.09	2.	1.Понятия о среде и качестве жизни. Активное приспособление человека к природной среде.	
15.09	3.	2.Миграции и расселение человека в пространстве.	
22.09	4.	3.Демография человека. Демографический взрыв.	
29.09	5.	4.Болезни и эпидемии. Вредные привычки.	Практическая работа № 1 «Оценка состояния здоровья»
06.10	6.	5.Вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания).	Практическая работа №2 «Определение влияния образа жизни на состояние здоровья»
13.10	7.	6.Медицинская география.	
Тема 3.История взаимоотношений человека и природы. (4 часа)			
20.10	8.	1.Экологические последствия появления человека на Земле.	

27.10	9.	2.История изменений взаимоотношений человека и природы. Экологические кризисы.	
Вторая четверть			
10.11	10.	3.Переход к современной искусственной модели окружающей среды.	Практическая работа № 3 «Составление модели окружающей среды»
17.11	11.	4.Медицинские аспекты деградации и загрязнения окружающей среды.	
Тема 4.Негативные последствия деградации и загрязнения окружающей среды, пути их ликвидации (6 часов)			
24.11	12.	1.Основные антропогенные факторы деградации природной среды.	Практическая работа №4. «Выявление антропогенных факторов»
01.12	13.	2.Воздействие измененной и загрязненной среды на человека.	
08.12	14.	3.Рекультивация природной среды. Рекреация и курортология.	
15.12	15.	4.Особо охраняемые территории и их значение для человека.	Практическая работа №5 «Знакомство с заповедниками Хабаровского края по атласам»
22.12	16.	5.Экологические технологии.	
Третья четверть			
12.01	17.	6.Основные законы развития системы «общество – природа»	
Тема 5. Негативные воздействия искусственной среды, пути их ликвидации и ослабления (8 часов)			
19.01	18.	1.Основные экологические факторы негативного воздействия на здоровье человека искусственной окружающей среды.	
26.01	19.	2.Влияние техногенных катастроф на здоровье и условия жизни	
02.02	20.	3.Коммунальная гигиена. Ограничения и культура потребления.	
09.02	21.	4.Проблема и урбанизация городов.	
16.02	22.	5.Улучшение санитарно-гигиенического состояния городских территорий.	
24.02	23.	6.Охрана природы в городах.	
01.03	24.	7.Создание городских информационных банков и экологического мониторинга.	
15.03	25.	8.Экополитика.	
Тема 6. Деградация духовной среды, ее последствия для человека, пути духовного возрождения (9 часов)			

22.03	26.	1.Основные причины духовной деградации. Экологические последствия деградации духовной среды.	
Четвертая четверть			
05.04	27.	2.Миграционные процессы и связанные с ними проблемы демографии.	
12.04	28.	3.Пути духовного возрождения. Социальная гигиена.	
19.04	29.	4.Экологическое миропонимание. Экологическая культура.	
26.04	30.	5.Экологическое образование.	
03.05	31.	6.Экологические движения и международное экологическое сотрудничество.	Практическая работа №6 Выявление организаций, занимающихся экологическим сотрудничеством».
10.05	32.	7.Экологическое право.	
17.05	33.	8.Ноосферный путь развития.	
24.05	34.	9.Заключительное занятие «Экология человека»	

Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №7
Имени Героя Советского Союза Орехова Владимира Викторовича
г. Комсомольск-на-Амуре Хабаровского края

«Рассмотрено»
Руководитель ИМО
Т.А. Кошманова
Протокол № 17
от 24.08.2015г.

«Согласовано»
Заместитель руководителя по УВР
МОУ «СОШ №7»
Т.Ю. Хлыстурина
от 24.08.2015г.

«Утверждено»
Руководитель МОУ «СОШ №7»
М.В. Садовникова
от 24.08.2015г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Факультатива по биологии
«Человек и его здоровье»
8Б класс

Учитель: Моисеева Валентина Ивановна
Первая квалификационная категория

2015 -2016 год

Рабочая программа факультатива «Человек и его здоровье»

В основу рабочей программы положены «Программы элективных курсов. Сборник 2. Биология. Профильное обучение». 10-11 классы. Дрофа. М. 2006.

Программа элективного курса «Человек и его здоровье» авторы Л.В. Максимычева, Е.В. Алексеева, О.С. Гладышева. Также программа составлена на основе:

- Федерального закона ФЗ №273 «Об образовании в Российской Федерации»
 - федерального компонента государственного образовательного стандарта общего образования (Приказ Министерства образования РФ от 05.03.2004 №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального, общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»)
 - федерального базисного учебного плана (Приказ Министерства образования РФ №1312 от 09.03.2004 года «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования»);
 - Положения о рабочей программе учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей)
- Предлагаемый курс был выбран и адаптирован для учащихся 8 класса.

Пояснительная записка

Предлагаемый курс рассчитан на 35 часа, 1 час в неделю. Курс на максимальную адаптацию молодого человека к жизни. Очень часто человек теряет свое здоровье только потому, что не обладает достаточным количеством знаний о причинах заражения инфекционными заболеваниями, не знает как правильно питаться, как организовать свой режим дня и свободное время, не может оказать первую медицинскую помощь, не знает особенности психики; учащиеся плохо представляют. Окружающая среда влияет на человека. Темы курса дают детям определенные знания об опасных заболеваниях, которые могут повредить здоровью. С другой стороны, тематика курса помогает осознать себя в окружающем мире, понять, что его здоровье – достояние всего общества, поэтому он должен относиться бережно к себе и своему здоровью, а также осознать то, что здоровье человека напрямую связано с факторами окружающей среды.

Цели курса

Сформировать убеждение, что выживание цивилизации, качество окружающей среды зависит от гармоничного единства личности, общества и природы, умение сохранить свое здоровье как компонент общечеловеческой культуры.

Гигиеническое воспитание и формирование здорового образа жизни в целях сохранения психического, физического и нравственного здоровья. Развития у школьников мотивов бережного отношения к природе, ко всему живому как главной ценности на Земле.

Задачи курса

Дать элементарные знания об инфекционных, иммунных и генетических заболеваниях, нарушениях нервной системы, о закономерностях формирования личности в семье и обществе.

Развивать умения и навыки оказания в оказании первой медицинской помощи при травмах, аллергии.

Научить детей основам правильного питания. Развивать умение использовать теоретические знания в жизни. Научить улучшать собственное физическое и психическое состояние.

Сформулировать отказ в образе жизни от поведения наносящего вред, как своему здоровью, так и здоровью окружающих.

Сформировать нетерпимое отношение к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью людей, сознательное участие будущих граждан нашего общества в охране здоровья и формировании среды, способствующей сохранению нашего общества. Формирование адекватного поведения, направленного на выздоровление в случае болезни, особенно хронической. Воспитание интереса к получению знаний о человеке как явлении природы.

Содержание курса

Социальная медицина (3 часа)

Актуальность проблемы медицинского образования. Данные медицинской статистики. Демографическое состояние здоровья населения России. Гигиена. Санитария. Причины, влияющие на здоровье человека. Занятие с элементами психологического тренинга «Я и мое здоровье»

Инфекционные заболевания (6 часов) История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями. Инфекционный процесс. Вирулентность. Инфекционная цепь. Периоды инфекционного заболевания: инкубационный, острый период, выздоровление.

Иммунитет, иммунная система, иммунная реакция. Инфекционные заболевания дыхательной системы: туберкулез, ОРВИ, грипп. Статистика, причины появления заболевания, клиническая картина, меры профилактики.

Инфекционные заболевания пищеварительной системы. Бактериальные кишечные инфекции: холера, дизентерия, сальмонеллез, ботулизм.

Вирусные инфекции пищеварительной системы: гепатит А. Глистные инвазии: аскаридоз, описторхоз. Заболевания кожи: чесотка, грибковые заболевания.

3. Заболевания, связанные с вредными привычками (4 часа)

Понятие «вредные привычки». Основные группы привычек.

Курение. Влияние курения на организм человека: анемия, нарушение зрения, заболевание сердечно-сосудистой системы, аллергия, ухудшение памяти, нарушение работы пищеварительной, половой системы, влияние на будущее потомство, психическая и физическая зависимость от никотина.

Алкоголь. Влияние алкоголя на системы органов, алкогольная болезнь печени, цирроз.

Наркотики. Состояние эйфории, физическая и психическая зависимость человека.

Занятие с элементами психологического тренинга «Здоровый образ жизни»

4. Распространенные хронические заболевания (4 часа)

Классификация хронических заболеваний по группам. Анемии. Виды анемии: железодефицитные, витаминдефицитные, белководефицитные. Лейкозы. Гастрит (острый и хронический), язва, дуоденит. Мочевая инфекция, нефрит, аллергия, аллергены, бронхиальная астма.

5. Экстремальные ситуации: травматизм, отравления. Оказание первой помощи (8ч)

Виды травм. Открытые повреждения; закрытые повреждения. Причины травм.

Предупреждение травматизма. Охрана труда.

Виды ядохимикатов; условия безопасного применения ядохимикатов. Меры первой помощи при отравлении ртутью, фосфорорганическими соединениями и общедовитыми веществами.

Практическая работа

Приготовление растворов перманганата калия (для обработки ран, дезинфекции, отмачивания бинтов)

Лабораторные работы

1. Использование трубчатого эластичного бинта для удерживания повязки на голове.
2. Использование лейкопластыря и спиртового раствора иода при обработке ран.
3. Оказание первой помощи при травмах в быту (наложение шин, повязок)

6. Гигиена питания (4ч)

Состав пищи, питательные вещества. Витамины, гиповитаминозы и их последствия для организма. Значение минеральных солей и воды, влияние нитратов, нитритов, пестицидов и солей тяжелых металлов на организм.

Рациональное питание, культура питания. Адекватная теория питания А.М. Уголева.

Нормы потребления продуктов. Энергетическая ценность пищи. Подсчет энергетической ценности пищи. Диеты.

Лабораторная работа

4. Составление рациона питания.

7. Ритмические процессы жизнедеятельности (2ч)

Биологические ритмы и их значение для организма, влияние космических факторов. Формирование биологических ритмов. Суточные ритмы; многодневные ритмы; недельный ритм, годовые ритмы; многолетние ритмы. Нарушение ритмической деятельности организма. Ритмы и питание; ритмы сна, медленный быстрый сон, сновидения и гигиена сна, бессонница. Ритмы бодрствования, ритмы и труд, работоспособность, ритмы жизнедеятельности и индивидуальность человека. Тип суточной активности.

8. Гигиена быта (3ч)

Гигиена света; зрение. Величина оконных проемов и размещение мебели, светильники, соотношение количества лампочек и их мощности в помещении. Влияние цвета на организм человека, подбор цветовой гаммы для жилых помещений. Оборудование рабочего места школьника.

Синтетические материалы, их влияние на организм человека. Температурный режим и влажность воздуха в жилых помещениях, вентиляция; влияние запыленности и плесневых грибов на организм. Использование синтетических моющих средств для уборки помещений. Опасные вредители в доме. Влияние шума на организм человека. Санитарные требования к оборудованию кухни. Лекарственные растения, их влияние на организм. Народная медицина – нужна ли она.

Календарно-тематическое планирование факультатива «Человек и его здоровье»

Четверти	Количество занятий	Лабораторные работы
1 четверть	9	0
2 четверть	7	0
3 четверть	11	1 пр.р/ 3л.р.
4 четверть	8	1 л.р.
Год	35	1 пр.р. / 3л.р.

№	№	Дата	Тема	Лабораторная работа
Социальная медицина (3 часа)				
1.	1.	03.09	Актуальность проблемы медицинского образования.	
2.	2.	10.09	Причины, влияющие на здоровье человека.	
3.	3.	17.09	Занятие с элементами психологического тренинга.	
2.Инфекционные заболевания (6 часов)				
4.	1.	24.09	История борьбы человечества с инфекционными заболеваниями. Инфекционный процесс.	
5.	2.	01.10	Иммунитет, иммунная система, иммунная реакция.	
6.	3.	08.10	Инфекционные заболевания дыхательной системы.	
7.	4.	15.10	Инфекционные заболевания пищеварительной системы.	
8.	5.	22.10	Вирусные инфекции пищеварительной системы.	
9.	6.	29.10	Заболевания кожи.	
Вторая четверть				
3.Заболевания, связанные с вредными привычками (4 часа)				
10.	1.	12.11	Понятие «вредные привычки»	
11.	2.	19.11	Курение. Влияние курения на	

			организм человека.	
12.	3.	26.11	Алкоголь. Влияние алкоголя на системы органов.	
13.	4.	03.12	Наркотики. Состояние эйфории, физическая и психическая зависимость.	
4.Распространенные хронические заболевания (4 ч.)				
14.	1.	10.12	Классификация хронических заболеваний.	
15.	2.	17.12	Виды анемии.	
16.	3.	24.12	Гастрит (острый и хронический).	
Третья четверть				
17.	4.	14.01	Мочевая инфекция, нефрит, аллергия, бронхиальная астма.	
5.Экстремальные ситуации: травматизм, отравления. Оказание первой медицинской помощи (8часов)				
18	1.	21.01	Виды травм. Открытые повреждения; закрытые повреждения.	Практическая работа. Приготовление растворов перманганата калия (для обработки ран, дезинфекции, отмачивания бинтов).
19.	2.	28.01	Причины травм.	Л/р №1 Использование трубчатого эластичного бинта для удержания повязки на голове
20.	3.	04.02	Предупреждение травматизма. Охрана труда.	Л/р №2 Использование лейкопластыря и спиртового раствора йода при обработке ран.
21.	4	11.02	Виды ядохимикатов; условия безопасного применения ядохимикатов.	
22	5	18.02	Меры первой помощи при отравлении ртутью, фосфорорганическими соединениями .	
23.	6.	25.02	Меры первой помощи при отравлении общедовитыми веществами.	
24.	7.	03.03	Меры первой помощи при травмах в быту.	Л/р №3 Оказание первой помощи при травмах в быту (наложение шин, повязок).
25.	8.	10.03	Меры первой помощи при травмах в быту.	
6. Гигиена питания (4 часа)				
26.	1.	17.03	Состав пищи, питательные вещества.	
27.	2.	24.03	Витамины, гиповитаминозы и их последствия для организма.	

Четвертая четверть				
28.	3.	07.04	Значение минеральных солей и воды на организм.	
29.	4.	14.04	Рациональное питание, культура питания.	Л/р №4 Составление рациона питания.
7. Ритмические процессы жизнедеятельности (2 часа)				
30.	1.	21.04	Биологические ритмы и их значение для организма.	
31.	2.	28.04	Нарушение ритмической деятельности организма.	
8. Гигиена быта (4 часа)				
32.	1	05.05	Гигиена света, зрение	
33.	2.	12.05	Синтетические материалы, их влияние на организм.	
34.	3.	19.05	Опасные вредители в доме. Влияние шума на организм.	
35	4	26.05	Итоговое занятие «Человек и его здоровье»	