

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа п. Краснооктябрьский  
Куменского района Кировской области

УТВЕРЖДАЮ  
директор  
муниципального казенного  
общеобразовательного учреждения  
средняя общеобразовательная школа  
п.Краснооктябрьский

\_\_\_\_\_ Н.В. Некрасова  
приказ от 30.08.2021 № 56/4

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА**  
**Регионоведение (Модуль «Экология человека»)**  
для обучающихся 8 класса

п. Краснооктябрьский, 2021 год

## Пояснительная записка

Рабочая программа по элективному курсу «Экологическая грамотность» для 8 класса составлена на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования
2. Авторской программы И. М. Швеца (Природоведение. Биология. Экология: для основной школы с использованием программы для общеобразовательных учреждений 5-11 классы: программы. – М.: Вентана-Граф, 2020. – 176 с.
3. Образовательной программы МКОУ СОШ п. Краснооктябрьский на 2021 – 2022 учебный год

В курсе «Экология человека» позволяет учащимся лучше понять место человека в природе, раскрыть понятие физического и нравственного здоровья, закономерности адаптации организма к условиям среды, развитие резервных возможностей организма с целью повышения физической и умственной работоспособности.

Курс «Экология человека» рассчитан на учащихся 8-го класса и составляет 17 часов. Программой предусмотрено изучение теоретических вопросов, проведение 6-ти лабораторных работ и разработка проектов на темы «Вредные привычки», «Пищевые добавки», «Закаливание организма», «Рациональное питание», «Нужна ли вакцинация?»

Знания и практические умения, приобретенные учащимися в процессе изучения данного курса, могут впоследствии использоваться ими на уроках биологии, географии, физкультуры, способствовать развитию интереса к научной работе, а главное, сыграть немаловажную роль в формировании экологической культуры и здорового образа жизни учащихся.

**Цель** курса – формирование основ здорового образа жизни и ответственного отношения к окружающей среде, к своему здоровью.

### Задачи:

- Формирование положительной мотивации ценности здоровья и потребности ЗОЖ;
- Развитие системы знаний и умений формирования ЗОЖ;
- Усиление практико-ориентированной деятельности по созданию адаптивной здоровьесберегающей среды школьника;
- Воспитание экологической ответственности по отношению к окружающей среде

## 1. Планируемые результаты освоения учебного курса

### Личностные:

- овладение на уровне общего образования законченной системой экологических знаний и умений, навыками их применения в различных жизненных ситуациях;
- осознание ценности экологических знаний, как важнейшего компонента научной картины мира;
- сформированность устойчивых установок социально-ответственного поведения в экологической среде – среде обитания всего живого, в том числе и человека.

## **Метапредметные:**

Метапредметные результаты курса «Экология человека» основаны на формировании универсальных учебных действий.

### **Личностные УУД:**

- осознание себя как члена общества на глобальном, региональном и локальном уровнях (житель планеты Земля, житель конкретного региона);
- осознание значимости и общности глобальных проблем человечества;
- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости её сохранения и рационального использования;
- патриотизм, любовь к своей местности, своему региону, своей стране;
- уважение к истории, культуре, национальным особенностям, толерантность.

### **Регулятивные УУД:**

- способность к самостоятельному приобретению новых знаний и практических умений;
- умения управлять своей познавательной деятельностью;
- умение организовывать свою деятельность;
- определять её цели и задачи;
- выбирать средства и применять их на практике;
- оценивать достигнутые результаты.

### **Познавательные УУД:**

- формирование и развитие средствами экологических знаний познавательных интересов, интеллектуальных и творческих результатов;
- умение вести самостоятельный поиск, анализ, отбор информации, её преобразование, сохранение, передачу и презентацию с помощью технических средств.
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- создавать схемы с выделением существенных характеристик объекта;
- уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность;

### **Коммуникативные УУД:**

- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом).

## **Предметные:**

- называть методы изучения применяемые в экологии;
- определять основные органы человека;
- понимать смысл биологических терминов;
- проводить биологические опыты и эксперименты и объяснять их результаты;
- уметь пользоваться лабораторным оборудованием и иметь простейшие навыки работы с микропрепаратами.

### **Требования к уровню подготовки учащихся**

Приоритетной является практическая деятельность учащихся по постановке опытов, проведению наблюдений за состоянием организма, описанию последствий при влиянии различных факторов.

Важное внимание обращается на развитие практических навыков и умений в работе с дополнительными источниками информации: энциклопедиями, справочниками, словарями, научно-популярной литературой, ресурсами Internet и др., а также:

- выдвижение гипотезы на основе житейских представлений или изученных закономерностей;
- выбор условий проведения наблюдения или опыта;
- оценка состояния организма при воздействии на него различных факторов среды; выполнение правил безопасности при проведении практических работ.
- поиск необходимой информации в справочных изданиях (в том числе на электронных носителях, в сети Internet);
- использование дополнительных источников информации при решении учебных задач; работа с текстами естественнонаучного характера (пересказ; выделение в тексте терминов, описаний наблюдений и опытов; составление плана; заполнение предложенных таблиц);
- подготовка кратких сообщений с использованием естественнонаучной лексики и иллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устного выступления);
- корректное ведение учебного диалога при работе в малой группе сотрудничества;
- оценка собственного вклада в деятельность группы сотрудничества; самооценка уровня личных учебных достижений по предложенному образцу.

### **Ученик научится:**

объяснять, как связаны здоровье и образ жизни; какое влияние оказывает климат на здоровье; от чего зависит возникновение перегрузок; как вредные привычки и пагубные пристрастия влияют на организм человека; роль белков, жиров, углеводов в организме; какой вред организму наносят нитраты, нитриты, пестициды, тяжелые металлы;

- приводить примеры факторов, влияющих на кровеносную, опорно-двигательную, дыхательную, пищеварительную и др. системы; факторов риска внутриутробного развития; оказывающих положительное и отрицательное влияние на организм человека в подростковом возрасте;
- давать оценку диетам;
- перечислять биологические и социальные различия мужчин и женщин;
- описывать собственные наблюдения или опыты, различать в них цель, условия проведения и полученные результаты;

- использовать дополнительные источники информации для выполнения учебной задачи;
  - находить значение указанных терминов в справочной литературе;
  - кратко пересказывать доступный по объему текст естественнонаучного характера; выделять его главную мысль;
  - использовать изученную естественнонаучную лексику в самостоятельно подготовленных устных сообщениях;
  - следовать правилам безопасности при проведении практических работ;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- соблюдения мер профилактики отравлений, вирусных и бактериальных заболеваний, стрессов, вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания); правил поведения в природной среде;
  - выполнения основных видов физических упражнений;
  - применения правил пребывания на солнце; правил закаливания; правил гигиены сна; методов релаксации; гигиенических рекомендаций работы на компьютере;
  - предупреждения переутомления;
  - оказания первой помощи при травмах и несчастных случаях;
  - уходе за больными.

**Ученик получит возможность научиться:**

- *объяснять влияние электрических и магнитных полей, ионизирующей радиации на организм человека; природной и социальной среды на здоровье человека;*
- *объяснять последствия вредных привычек;*
- *давать характеристику факторам здоровья и факторам риска болезни;*
- *давать характеристику факторам, влияющие на формирование опорно-двигательной, сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной систем; на развитие и функционирование нервной системы; внешние воздействия на органы зрения, слуха и равновесия, на кожный покров;*
- *объяснять воздействия экологических факторов на организм человека;*

**Система оценки планируемых результатов**

Оценивание результатов по экологии учащихся 8 класса будет производиться посредством следующих видов контроля: контрольных работ, лабораторных и практических работ, тестов, беседы по вопросам.

## 2. Содержание курса

### 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 (4 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 (11 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.

### **3. 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).

### **4. Дыхательная система**

Правильное дыхание. Горная болезнь.

**Лабораторная работа.** Влияние холода на частоту дыхательных движений.

### **5. 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.

### **6. 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.

### **7. 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.

## 8. 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 (1 ч)

Особенности развития юноши и девушки под действием бисоциальных факторов. Проблемы взросления и культура здоровья. Гендерные роли. Ответственное поведение как социальный фактор.

### 3. Тематическое планирование с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы

№№	Тема урока	Кол ичес тво часо в	Вид контроля, измерители	Дата проведения	
				план	факт
Введение (1 ч)					
1	Место курса «Экология человека. Культура здоровья» в группе дисциплин естественно-научного цикла. Значимость и практическая направленность курса.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам		
Тема 1. Окружающая среда и здоровье человека (4 ч)					
2	Здоровье и образ жизни. Л.р. №1 «Оценка состояния физического здоровья»	1ч	Текущий контроль,		
3	История развития представлений о здоровом образе жизни. Из истории развития взаимоотношений человека с природой	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам		
4	Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам		
5	Влияние климатических факторов на здоровье. Экстремальные факторы окружающей среды		Текущий контроль, беседа по вопросам		
Тема 2. Влияние факторов среды на функционирование систем органов (11 ч)					
6	Вредные привычки.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам		
7	Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Воздействие двигательной активности на организм человека. Л.р. №2 «Оценка подготовленности организма к занятиям физической	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам		

	<b>культурой»</b>				
8	Иммунитет и здоровье. <b>Л.р. №3 «Оценка состояния противои инфекционного иммунитета»</b>	1ч	Текущий контроль		
9	Профилактика нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы. <b>Л.р. №4 «Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку»</b>	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам.		
10	Правильное дыхание. <b>Л.р. №5 «Влияние холода на частоту дыхательных движений»</b>	1ч	Текущий контроль,		
11	Пища. Чужеродные примеси пищи. Рациональное питание и культура здоровья	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам		
12	Воздействие солнечных лучей на кожу. Участие кожи в терморегуляции.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам		
13	Средства и способы закаливания. Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы.		Текущий контроль, беседа по вопросам		
14	Условия нормального функционирования зрительного анализатора. Внешнее воздействие на орган слуха и равновесия. <b>Л.р. №6 «Воздействие шума на остроту слуха»</b>	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам		
15	Стресс как негативный биосоциальный фактор. Типы высшей нервной деятельности.	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам		
16	Биоритмы и причины их нарушения. Гигиенический режим сна .	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам		
<b>Тема 3. Reppдуктивное здоровье. Развитие организма (1 ч)</b>					
17	Проблемы взросления и культура здоровья. Ответственное поведение как социальный фактор	1ч	Текущий контроль, беседа по вопросам		
<b>ИТОГО</b>		<b>17 ч</b>			

### Список литературы:

1. Федорова М.З., Кумченко В.С., Лукина Т.П. Экология человека: Культура здоровья. 8 класс – М.: Вентана – Граф, 2014
2. Экология родного края. /под ред. Ашихминой Т.Я./. Киров: Вятка, 1996
3. Сухаревская Е.Ю. Занимательное естествознание. Жизнь на Земле. М.: Издательство «Учитель», 2003
4. Сухаревская Е.Ю. Занимательное естествознание. Природа Земли. М.: Издательство «Учитель», 2003
5. Новиков Ю.В. Природа и человек. – М.: Просвещение, 1991
6. Злобин Б.Д., Носкова Т.С. Редкие растения и животные Кировской области.- Киров: Волго-вятское книжное издательство, 1988



### **Интернет-ресурсы**

- <http://school-collection.edu.ru/>) «Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов».
- <http://www.fcior.edu.ru/>
- [www.bio.1september.ru](http://www.bio.1september.ru) – газета «Биология».
- [www.bio.nature.ru](http://www.bio.nature.ru) – научные новости биологии.
- [www.km.ru/education](http://www.km.ru/education) - учебные материалы и словари на сайте «Кирилл и Мефодий».
- <http://video.edu-lib.net> – учебные фильмы.