

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Борисовская основная общеобразовательная школа
Волоконовского района Белгородской области»

<p>«Согласовано» на заседании межШМО предме- тов естественнонаучного цикла</p> <p>Протокол № 5 от «25» июля 2014 г.</p> <p>Руководитель МО <i>Спилюк Л.А.</i></p>	<p>«Согласовано» Заместитель директора МБОУ «Борисовская ООШ»</p> <p><i>Спилюк Л.А.</i> Спилюк Л.А. «28» июля 2014 г.</p>	<p>«Утверждаю» Директор МБОУ «Борисов- ская ООШ»</p> <p><i>Таран Т.А.</i> Таран Т.А. Приказ № 93 от «29» августа 2014 г. Протокол педагогического совета № 1 от «29» <i>августа</i> 2014 г.</p>
---	---	---

Рабочая программа

учебного курса

«Экология человека. Культура здоровья»

для 8 класса

Разработала:

учитель экологии

Матерка Светлана Витальевна

2014 год

Пояснительная записка.

Данная рабочая программа по курсу «Экология человека. Культура здоровья.» разработана на основе федерального компонента государственного образовательного стандарта базового уровня общего образования, утверждённого приказом МО РФ № 1312 от 09.03.2004 года, авторской программы автора И. М. Швеца (Природоведение. Биология. Экология: 5-11 классы: программы. – М.: Вентана-Граф, 2011. – 176 с.) , материалов инструктивно-методического письма Департамента образования, культуры и молодежной политики Белгородской области «О преподавании биологии в образовательных учреждениях Белгородской области» и учебного плана школы для учащихся 8 класса муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Борисовская основная общеобразовательная школа»

Рабочая программа ориентирована на использование учебника:

Экология человека. Культура здоровья: Пособие для учащихся общеобразовательных учреждений/ М.З.Федорова, В.С.Кучменко, Г.А. Воронина - М. Вентана-Граф, 2010, - 142с: ил.

Объем часов учебной нагрузки, отведенных на освоение рабочей программы определяется учебным планом образовательного учреждения, познавательных интересов учащихся и соответствует Базисному учебному (общеобразовательному) плану образовательных учреждений Российской Федерации.

Предлагаемая программа ориентирована на учащихся общеобразовательных школ и направлена на дополнение базовых знаний по биологии.

Главные цели курса - формирование мировоззрения, развитие разносторонних способностей, воспитание экологической культуры школьников.

Основными задачами курса являются: экологизация биологических знаний, развитие идей курса «Человек», направленных на сохранение здоровья человека, изучение влияния окружающей среды на ткани, органы, системы органов и организм в целом. Практическая направленность курса реализуется в разнообразных формах проектной деятельности, практических и лабораторных работах.

Курс «Экология человека. Культура здоровья» продолжает единую экологическую линию, начатую в предыдущих учебных курсах: «Экология растений» (6 класс) и «Экология животных» (7 класс).

В предлагаемой программе сохраняется логика построения курса: от общих представлений о среде обитания и условиях существования к конкретному влиянию основных экологических факторов на организм. Рассматриваются вопросы влияния абиотических, биотических, антропогенных факторов на организм человека в целом и их воздействие на системы органов. При этом существует возможность изменения расположения тем в зависимости от логики изложения курса анатомии и физиологии человека.

Программа рассчитана на 1 ч в неделю и включает разделы: «Окружающая среда и здоровье человека», «Влияние факторов среды на функционирование систем органов», «Репродуктивное здоровье». Внутри второго раздела материал распределяется по темам в соответствии с изученными в курсе анатомии системами органов. После изучения основных разделов и тем предусматривается проектная деятельность учащихся. Кроме того, для формирования навыков и умений практически использовать полученные знания предлагаются лабораторные и практические работы.

Для расширения кругозора школьников и развития умения использовать полученные знания в жизни рекомендуются экскурсии по темам: «Здоровье и образ жизни», «Взаимное влияние организма человека и окружающей среды».

В программе наряду с основным материалом имеется дополнительный для ознакомительного изучения, используемый по усмотрению учителя.

В ходе изучения курса у учащихся **формируются знания:**

- о взаимосвязи здоровья и образа жизни;
- о воздействии природных и социальных факторов на организм человека;
- о влиянии факторов окружающей среды на функционирование и развитие систем органов;
- об основных условиях сохранения здоровья;
- о факторах, укрепляющих здоровье в процессе развития человеческого организма;
- о необходимости участия в охране окружающей среды.

В результате усвоения учебного материала курса у учащихся **формируются умения:**

- оценивать состояние здоровья;
- находить связь между биосоциальными факторами среды и здоровьем человека;
- соблюдать гигиенические правила (питания, дыхания, сна и др.), режим дня (двигательной активности, труда, отдыха и др.);
- применять способы закаливания и ухода за кожей;
- уменьшать вредное воздействие стресса и утомления;
- проводить наблюдения и самонаблюдения.

Формы организации учебного процесса:

- индивидуальные;
- групповые;
- индивидуально-групповые;
- фронтальные;
- практикумы;
- экскурсии.

Количество часов:

Всего 35 часов; в неделю 1 час.

Тематический план

Название темы	Количество часов
I. Окружающая среда и здоровье человека	7
Всего	7
II. Влияние факторов среды на функционирование систем органов	
1 Опорно-двигательная система	2

2. Кровь и кровообращение	5
3. Дыхательная система	1
4. Пищеварительная система	4
6. Кожа	3
7. Нервная система. Высшая нервная деятельность	5
Анализаторы	2
Всего	22
III. Репродуктивное здоровье	
Половая система. Развитие организма	4
Заключение	1
Всего	5
Итого	35

Содержание программы

Введение (1 ч)

Место курса «Экология человека. Культура здоровья» в группе дисциплин естественнонаучного 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. Классификация экологических факторов: абиотические, биотические, антропогенные.

Человек как биосоциальное существо. Связь природной и социальной среды со здоровьем (физическим, психическим, социальным). Образ жизни. Здоровье. Здоровый образ жизни.

История развития представлений о здоровом образе жизни. Этапы развития взаимоотношений человека с природой. Характеристика основных адаптивных типов человека. Расы человека: негроидная, европеоидная, монголоидная. Этнография.

Климат и здоровье. Биометеорология. Экстремальные факторы: перегрузки, невесомость, электрические и магнитные поля, ионизирующая радиация.

Вредные привычки, пагубные пристрастия: табакокурение, употребление алкоголя и наркотических веществ.

Лабораторная работа. Оценка состояния здоровья.

Проектная деятельность. История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно-климатические условия. Климат и здоровье.

II. Влияние факторов среды на функционирование систем органов (22 ч)

1. Опорно-двигательная система (2 ч)

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

Лабораторная работа. Оценка подготовки организма к занятиям физической культурой.

Проектная деятельность. Формирование навыков активного образа жизни.

2. Кровь и кровообращение (5ч)

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

Условия полноценного развития системы кровообращения. Юношеская гипертония. Профилактика нарушений деятельности органов кровообращения.

Лабораторные работы. Оценка состояния противои инфекционного иммунитета. Определение стрессоустойчивости сердечно-сосудистой системы.

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

3. Дыхательная система (1ч)

Правильное дыхание. Горная болезнь.

Лабораторная работа. Влияние холода на частоту дыхательных движений.

4. Пищеварительная система (4ч)

Состав и значение основных компонентов пищи. Гиповитаминозы. Питьевой режим. Вредные примеси пищи, их воздействие на организм. Рациональное питание. Режим питания. Диета.

Практическая работа. О чем может рассказать упаковка продукта (выполняется по желанию).

Проектная деятельность. Рациональное питание.

5. Кожа (3ч)

Воздействие на кожу солнечных лучей. Солнечное голодание. Правила пребывания на солнце.

Закаливание. Роль кожи в терморегуляции.

Практическая работа. Реакция организма на изменение температуры окружающей среды.

Проектная деятельность. Закаливание и уход за кожей.

6. Нервная система. Высшая нервная деятельность (5 ч)

Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Утомление, переутомление, стресс. Стрессоустойчивость и типы высшей нервной деятельности.

Темпераменты. Биоритмы. Биологические часы. Гигиенический режим сна.

Практическая работа. Развитие утомления.

Лабораторные работы. Оценка температурного режима помещений. Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей.

7. Анализаторы (2ч)

Профилактика нарушений функционирования зрительного анализатора, органов слуха и равновесия.

Лабораторная работа. Острота слуха и шум.

Проектная деятельность. Бережное отношение к здоровью. Формирование организма подростка под действием гормонов гипофиза и щитовидной железы (выполняется по желанию).

III. Репродуктивное здоровье (4 ч)

Половая система. Развитие организма (4ч)

Половые железы. Вторичные половые признаки. Период полового созревания.
Половая

Беременность. Факторы риска, влияющие на внутриутробное развитие.

Заболевания, передающиеся половым путем. Значение ответственного поведения.

Заключение (1 ч)

Подведение итогов по курсу «Экология человека. Культура здоровья». Здоровье как одна из главных ценностей. Влияние биологических и социальных факторов на организм человека.

Формы контроля ЗУН:

- наблюдение;
- беседа;
- фронтальный опрос;
- индивидуальный опрос;
- тестирование;
- практикум.

Учебно-методические средства обучения

Основная литература

Природоведение. Биология. Экология: 5-11 классы: программы. – М.: Вентана-Граф, 2011. – 176 с.)

Учебник: Экология человека. Культура здоровья: Пособие для учащихся общеобразовательных учреждений/ М.З.Федорова, В.С.Кучменко, Г.А.Воронина - М. Вентана-Граф, 2010, - 142с: ил.

Дополнительная литература: для учителя

Арнольди И.А., Кондратьева И.И. Труд и здоровье подростка. М.: Медицина. 1982.

Брехман И.И. Введение в валеологию – науку о здоровье. Л.: Наука, 1987.

«Гигиеническое обучение и воспитание школьников». Е.И. Кальченко. М.: Просвещение. 1999г.

«Здоровье человека – социальная ценность». Ю.П. Лисицын. М.: Мысль. 1999 г.

«Как правильно питаться». И.М. Скурихин. М.: Агропромиздат. 1999 г.

для учащихся:

«Раздумья о здоровье». Н.М. Амосов. М.: Физкультура и спорт. 1987 г.

«Окружающая среда и здоровье». Г.П. Зарубин. М.: Знание. 1999 г.

«Проблемы экологии человека». С.М. Оплавин. М.: Наука. 1998 г.

Зверев И.Д. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека. Для учащихся 9 классов средней школы. М.: Просвещение. 1989.