**МБОУ «Средняя общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов № 7»**

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

Заместителем директора Директор школы:

по УВР:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.В. Ульянова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.В. Коротков

«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013-2014 уч.год. «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013-2014 уч.год.

**Рабочая программа**

**по учебному предмету**

**«Экология»**

**базовый уровень изучения**

**для 8-А класса**

**на 2013-2014 учебный год**

**Разработана**

**Курьяковой Е.Ю.**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Настоящая рабочая учебная программа курса «Экология человека» для 8 класса II ступени обучения средней общеобразовательной школы составлена на основе федерального компонента государственного образовательного стандарта базового уровня общего образования, утверждённого приказом МО РФ № 1312 от 09.03.2004 года, и авторской программы автора И. М. Швец (Природоведение. Биология. Экология: 5-11 классы: программы. – М.: Вентана-Граф, 2009. – 176 с.).

**Цель программы:**

- освоение знаний о взаимоотношениях человека с природой; изменениях в системах органов человека под воздействием природных и антропогенных факторов; профилактике заболеваний;

- овладение дальнейшими исследовательскими умениями проводить наблюдения, учет, опыты и измерения, описывать их результаты, формулировать выводы;

- развитие интереса к изучению особенностей строения и жизнедеятельности человеческого организма, интеллектуальных и творческих способностей в процессе решения познавательных задач;

- воспитание положительного эмоционально-ценностного отношения к природе; стремления действовать в окружающей среде в соответствии с экологическими нормами поведения, соблюдать здоровый образ жизни;

- применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни; анализ и оценка состояния здоровья, влияние на него факторов окружающей и производственной среды; формирование безопасного поведения в природной и производственной среде, оказания простейших видов первой медицинской помощи.

**Задачи:** - развитие экологического мышления учащихся;

- формирование экологической культуры и мировоззрения;

- изучение многообразия природы;

- изучение взаимосвязей природы и человеческого общества;

- анализ влияния природных и антропогенных факторов на системы органов человека;

- формирование у учащихся системы мышления и действий, направленных на установление связей, обнаруживаемых изменений в состоянии здоровья с действием факторов среды обитания;

- продолжение развития у учащихся навыков самостоятельной работы.

Курс экологии человека сочетает в себе различные отрасли науки - биологии, географии, химии, физики, истории, анатомии и физиологии человека, обеспечивая закрепление межпредметных связей.

Программа продолжает вводить основные экологические понятия, с которыми учащиеся начали знакомиться в 5 и 6 классах в учебном курсе «Природоведение», «Экология растений» и «Экология животных». Такие общие экологические понятия, как «экологический фактор», «взаимодействие организмов», «окружающая среда», «взаимодействие организмов с окружающей средой» и другие, объясняются на конкретных примерах.

В 8 классе выбор лабораторных и практических занятий основан на важности получаемой информации для учащихся как участников учебно-воспитательного процесса (определение запыленности воздуха, шумового и радиационного фона) и как членов своей семьи (определение влияния сигаретного дыма на легкие курящего человека или выявление индивидуальных биоритмов). Таким образом, в 8 классе отрабатываются в большей степени практические умения по использованию полученной теоретической информации для практических целей различных социальных групп.

Лабораторные и практические работы позволяют отслеживать формирование следующих компетентностных сфер: коммуникативной (от умения видеть и слышать в 6 классе до ведения дискуссий и дебатов в 8 классе), гражданственной (от понимания целей различных социальных групп до выработки согласованности между ними в 8 классе) и культурнодосуговой (выявление культурного контекста в любой информации).

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.

Программа ориентирована на использование учебного комплекта:

8 класс - Федорова М.З., Кучменко В.С., Воронина Г.А. «Экология человека. Культура здоровья» 8 кл., – М.: «Вентана-Граф», – 2010.

 Рабочая программа выполняет две основные функции:

***Информационно-методическая функция*** позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития учащихся средствами данного учебного предмета.

***Организационно-планирующая функция*** предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации учащихся.

**Структура документа**

Рабочая программа включает следующие разделы:

Пояснительная записка;

Содержание программы;

Требования к уровню подготовки учащихся данного класса;

Тематическое планирование;

Календарно-тематический план;

Список литературы

**СОДЕРЖАНИЕ**

**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 (8 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 (18 ч)**

**1. Опорно-двигательная система (2 ч)**

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

**Лабораторная работа.** Оценка состояния физического здоровья

**Проектная деятельность.**

Формирование навыков активного образа жизни.

**2. Кровь и кровообращение (2ч)**

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 противоинфекционного иммунитета.

Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку.

**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.

**Проектная деятельность.**

Рациональное питание.

**5. Кожа (2ч)**

Воздействие на кожу солнечных лучей. Солнечное голодание. Правила пребывания на солнце. Закаливание. Роль кожи в терморегуляции.

**Проектная деятельность**. Закаливание и уход за кожей.

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

**7. Анализаторы (1ч)**

Профилактика нарушений функционирования зрительного анализатора, органов слуха и равновесия.

**Лабораторная работа.**

Воздействие шума на остроту слуха.

**Проектная деятельность.**

Бережное отношение к здоровью.

**III. Репродуктивное здоровье (8 ч)**

Половая система. Развитие организма (8ч)

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

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.

Требования к уровню подготовки учащихся 8 класса по курсу «Экология человека. Культура здоровья»

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.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ темы** | **Тема** | **Кол-во часов** |
| **1** | **Введение** | **1** |
| **2** | **Окружающая среда и здоровье человека** | **7** |
| **3** | **Влияние факторов среды на функционирование систем органов. Опорно – двигательная система** | **2** |
| **4** | **Кровь и кровообращение** | **2** |
| **5** | **Дыхательная система** | **1** |
| **6** | **Пищеварительная система** | **1** |
| **7** | **Кожа** | **2** |
| **8** | **Нервная система. Высшая нервная деятельность** | **6** |
| **9** | **Анализаторы** | **1** |
| **10** | **Репродуктивная система. Половая система. Развитие организма** | **8** |

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ТЕМА** | **КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ** | **НАЗВАНИЕ УРОКА** | **ДАТА УРОКА** | **ЛАБОР И ПРАКТ****РАБОТЫ** | **ОПЫТЫ В КАЧ.ДОМ.ЗАДАНИЯ** |
| **уроки** | **Экскурсии (вне урока)** | **всего** |
| Введение | **1** |  |  | 1(1). Что изучает экология человека. |  |  |  |
| **1.Окружающая среда и здоровье человека (7ч)** | 7 |  | 7 | 2(2).Здоровье и образ жизни. ***Л.р.№1 «Оценка состояния физического здоровья».***3(3).Развитие представлений о здоровом образе жизни.4(4). Развитие взаимоотношений человека с природой.5(5).Расы человека.6(6).Климат и здоровье.7(7).Экстремальные факторы среды. Обобщение и повторение материала. |  | + |  |
| **2.Влияние факторов среды на системы органов (22ч)** | 22 |  | 22 | 1(8).Вредные привычки и здоровье.2(9).Условия правильного формирования ОДС. 3(10).Воздействие двигательной активности на организм человека. 4(11).Факторы, влияющие на состав крови.5(12). Иммунитет и здоровье. ***Л.р.№3 «Оценка состояния противоинфекционного иммунитета».***6(13). Условия полноценного развития системы кровообращения.7(14).Профилактика нарушений деятельности ССС. ***Л.р.№5 «Определение стрессоустойчивости ССС».***8(15).Правильное дыхание.9(16).Пища как экологический фактор.10(17).Чужеродные примеси в пище. ***Пр.раб.№1 «О чем может рассказать упаковка».***11(18).Культура питания.12(19).Солнце и здоровье кожи.13(20).Температура и здоровье.14(21).Средства и способы закаливания.15(22).Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. ***Л.р.№7 «Развитие утомления».***16(23).Внешние воздействия на зрительный анализатор.17(24).Внешние воздействия на слух и орган равновесия.18(25).Стресс как негативный биосоциальный фактор. ***Л.р.№8 «Оценка температурного режима учебных помещений».***19(26).Типы высшей нервной деятельности и внешние воздействия. ***Л.р.№9 «Определение некоторых свойтв нервных процессов, лежащих в основе деления на типы ВНД».***20(27).Биоритмы и причины их нарушений.21(28).Сон – составляющая здорового образа жизни.22(29).Влияние ОС на некоторые железы внутренней секреции. |  | ++++++ | ***Л.р.№2 «Оценка подготовленности организма к занятиям физической культурой»******Л.р.№4 «Реакция ССС на физическую нагрузку»******Л.Р.№6 «Влияние холода на частоту дыхательных движений»*** |
| **3. Репродуктивное здоровье (6ч)** | 6 |  | 6 | 1(30).Проблемы взросления юноши и девушки и культура здоровья.2(31).Факторы риска внутриутробного развития.3(32).Гендерные роли.4(33).Причины заболеваний, передающихся половым путем.5(34).Поведение как социальный фактор.6(35).Обобщение и повторение курса. Итоговый контроль знаний по курсу. Тест. |  |  |  |
| **Всего** |  | По усмотрению | 35 ч |  |  | 7 | 3 (по усмотрению учителя) |

**ЛИТЕРАТУРА**

**Основные источники**

1. Федорова М.З., Кучменко В.С., Воронина Г.А. Экология человека: Культура здоровья: 8 класс: учебное пособие для учащихся общеобразовательных учреждений. М.:Вентана-Граф, 2010.- 144 с.

2. Воронина Г.А., Федорова М.З. Экология человека. Культура здоровья: 8 класс: Рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных учреждений. - М.: Дрофа, 2008. – 64 с.

**Методическая литература**

**(Список рекомендуемой литературы для учителя)**

1. Агаджанян Н.А., Торшин В.И. Экология человека. Избранные лекции. - М., 1994. - 269 с.
2. Алексашина И.Ю. Глобальное образование: проблемы и решения. — СПб.: СпецЛит, 2002.
3. Алексашина И.Ю. Учитель и новые ориентиры образования. — СПб., 1997.
4. Алексеев В.П. Очерки экологии человека. - М., 1998. - С. 18.
5. Байкулова Н.Г., Удовиченко Н.А., Кузьмина Н.В. ПМП при травмах. – Саратов. 2001.
6. Борман Дж. Компьютерная энциклопедия для школьников и их родителей. — СПб., 1996.
7. Бухвалов В.А., Богданова Л. В. Введение в антропоэкологию. — М., 1995.
8. Келлер А.А., Кувакин В.И. Медицинская экология. – СПб.: «Петроградский и К», 1998.- 256 с.
9. Мовчан В.Н. Экология человека. Учебное пособие. СПб.: СПбГУ, 2006. – 292 с.
10. Образовательные технологии: Из опыта развития глобального мышления учащихся/Под ред. Ю. Н. Кулюткина, Е. Б. Спасской. — СПб.: КАРО, 2001.
11. Окружающая среда и здоровье человека/Под ред. А.Д. Лебедева. – М.: наука, 1979.
12. Пакулова В.М. Работа с терминами на уроках биологии. — М.: Просвещение, 1990.
13. Проблемы экологии человека. - М., 1986. - С. 9.
14. Прохоров Б.Б. Экология человека. - М.: Академия, 2007. - 320 с.
15. Реймерс Н.Ф. Основные биологические понятия и термины. — М.: Просвещение, 1988.
16. Сафонов А.Г. Учебное пособие для подготовки медицинских сестер. – М. 1981.
17. Ткаченко С.С., Шаповалов В.М. Оказание доврачебной помощи. – М. 1984.
18. Физиология человека: Учебник / под ред. В.М. Покровского, Г.Ф. Коротько. - В 2 т.- М.: Медицина, 2002. - 448 с.

**Дополнительные источники**

**Список рекомендуемой литературы для учащихся**

1. Горшков А.И., Липатова О.В. Гигиена питания. - М.: Медицина, 1987. - С.20-69, 134-259.
2. Вайнбаум С.Я. Гигиена физического воспитания. - М.: Просвещение, 1986. - С.73-78.
3. Вайнбаум Я.С. Дозировка физических нагрузок школьников. - М.: Просвещение, 1991. - 64 с.
4. Вейн А.М. Бодрствование и сон. - М.: Знание, 1991. - 236 с.
5. Вайнер Э.М. Рациональная организация жизнедеятельности человека. - Липецк: Изд-во ЛЗПИ, 1999. - 34 с.
6. Великанова Л.К. Физиолого-гигиенические критерии рациональной организации учебно-воспитательного процесса в школе. - Новосибирск: Изд-во НГПУ, 1993. - 95 с.
7. Волынская Е.В. Гигиенические основы здоровья. – Липецк: Изд-во ЛГПИ, 2000. - 110 с.
8. Головлев М.И. Основы медицинских знаний учащихся. – М.: Просвещение. 1991.
9. Демирчоглян Г.Г. Компьютер и здоровье: Факторы риска и системы оздоровления. - М.: Сов. спорт, 1995. - 64 с.
10. Доскин В.А., Куинджи Н.Н. Биологические ритмы растущего организма. - М.: Медицина, 1989. - С.8-35, 138-174.
11. Кардашенко В.Н. и др. Гигиена детей и подростков: Учебник. - М.: Медицина, 1988. - С. 146-169, 206-215, 262-304.
12. Каневская Л.Я. Питание школьника. - М.: Медицина, 1989. - С.3-42.
13. Кириллов В.Ф., Черкасов Е.Ф. Радиационная гигиена. М.: Медицина, 1980.
14. Колесов Д.В., Маш Р.Д. Основы гигиены и санитарии. – М.: Просвещение. 1989.
15. Лаптев А.П. Гигиена массового спорта. - М.: ФиС, 1984. - С.11-24, 24-38, 75-90, 131-136.
16. Лаптев А.П. Береги здоровье смолоду. – М.: Медицина. 1988.
17. Лаптев А.П. Закаливайтесь на здоровье. - М.: Медицина, 1991. – 159 с.
18. Лаптев А.П., Полиевский С.А. Гигиена. - М.: ФиС, 1990. - С. 41-61, 121-143, 174-226.
19. Лукьяненко В.П. Формирование здорового образа жизни // Физкульту-ра в школе. - 2001, № 2. - С.50-55.
20. Масленников С.М., Кузнецова Г.А. Зачем нужна утренняя гигиениче-ская гимнастика // Физкультура в школе. - 2000, № 3. - С.29-31.
21. Мейгал А.Ю., Лупандин Ю.В., Антонен Е.Г., Стафеев В.Ф. Двигательная система человека (физиология, неврология, гигиена), Петрозаводск: ПетрГУ, 2006.- 202 с.
22. Минх А.А. Общая гигиена. - М.: Медицина, 1984. - С. 18-76, 87-89, 232-261.
23. Петровский Н.С., Ванханен В.Д. Гигиена питания. М.:Медицина, 1982.
24. Пивоваров Ю.П. Гигиена и экология человека (курс лекций). М., 1999.
25. Пшендин А.И. Рациональное питание спортсменов: Для любителей и профессионалов. - СПб.: ГИОРД, 1999. - С.10-114.
26. Полиевский С.А. Физическое воспитание учащейся молодежи. -М.: Медицина, 1989. - С. 12-26, 47-54, 67-108, 110-126.
27. Сердюковская Г.Н. Гигиена детей и подростков. М.:Медицина, 1986.
28. Стафеев В.Ф. Гигиена в вопросах и ответах. – Петрозаводск: ПГУ, 1998.- 103 с.
29. Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков. - М.: Медицина, 1991. - С.152-156, 172-247.
30. Чмиленко В.И. Валеология: Учеб. пособие. - М.: Уникум-центр, 1999. - С.48-50.
31. Чусов Ю.А. Закаливание школьников. - М.: Просвещение, 1985. - 126 с.
32. Чусов Ю.А. Особенности закаливания спортсменов. - М.: ФиС, 1987. - 93 с.

**Энциклопедии**

1. Биологический энциклопедический словарь/Гл. редактор М.С.Гиляров. - М.: Большая Российская энциклопедия, 2003.
2. Большая школьная энциклопедия: Для сред. шк. возраста/Авт. текста Ш. Конноли; пер. с англ. И. Горелик и др. — М.: Махаон, 2002.
3. Большая энциклопедия школьника/Пер. с англ. Н. Моррис. — М.: Махаон, 2002.
4. Крейг А., Росни К. Наука: Энциклопедия. — М.: Росмэн, 1995.