

муниципальное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 1 города Мирного Архангельской
области

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора МБОУ СОШ № 1
от «30» августа 2024 г. № 112о

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ КУРСУ
«ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»
ДЛЯ 7 КЛАССА
с использованием оборудования центра «Точка роста»**

Мирный, 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Экология человека» является составной частью основной образовательной программы основного общего образования МБОУ СОШ № 1.

Рабочая программа разработана на основе программы М.З. Федоровой, В.С. Кучменко, Т.П. Лукиной «Экология человека. Культура здоровья» и представлена в сборнике Т.С.Сухова, В.И.Строганов и др. «Природоведение. Биология. Экология»: 5-11 классы: программы. - М.; «Вентана - Граф», 2009. – 176 с.

Курс «Экология человека» продолжает единую экологическую линию, начатую в предыдущих учебных курсах: «Экология растений» (5 класс) и «Экология животных» (6 класс).

В 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 обучающихся. 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».

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».

Цель курса:

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

Задачи:

- 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.

Место предмета в учебном плане:

Учебная программа учебного курса «Экология человека» для 7 класса рассчитана на 1 час в неделю (34 часа в год).

Планируемые результаты освоения учебного курса «Экология человека»

Планируемые личностные результаты

- осознание адекватного понимания причин успешности (не успешности) творческой деятельности;
- проявление позитивного отношения к действительности;
- формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей;
- проявление устойчивого интереса к новым способам познания;

- проявление готовности к сотрудничеству с другими людьми;
- формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе;
- проявление готовности выражать и отстаивать свою позицию;
- критично относиться к своим поступкам;
- формирование ответственности за окружающую природу как общечеловеческую ценность.

Планируемые метапредметные результаты

Познавательные УУД

- самостоятельно принимать и сохранять творческую задачу;
- самостоятельно находить варианты решения творческой задачи;
- объяснять живой мир с точки зрения биологии;
- использовать методы и приёмы эколого-биологической деятельности в творческом процессе и повседневной жизни;
- создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта; осознание роли жизни;
- использовать биолого-экологические знания в быту.

Регулятивные УУД

- самостоятельно обнаруживать биологическую проблему, определять цель творческой деятельности;
- выдвигать версии решения творческой проблемы, осознавать конечный результат; составлять (индивидуально или в группе) план решения проблемы (выполнения проекта);
- работать по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно;
- различать способ и результат действия;
- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в незнакомом материале;
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- в диалоге с учителем вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности своей работы и работы других в соответствии с этими критериями.

Коммуникативные УУД

- адекватно воспринимать оценку учителя;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- вносить коррективы в действия на основе их оценки и учёта сделанных ошибок;
- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.);
- задавать вопросы;
- работать в малых группах;
- взаимодействовать со сверстниками;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать партнёрам в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Планируемые предметные результаты

Обучающийся научится:

- оценивать состояние своего здоровья;
- устанавливать связь между биосоциальными факторами среды и своим здоровьем;
- соблюдать гигиенические правила для ведения здорового образа жизни;
- проводить наблюдения и самонаблюдения;
- основам экологической культуры человека.

Обучающийся получит возможность научиться:

- проводить простейшие наблюдения, измерения, опыты;
- систематизировать и обобщать разные виды информации;

- пользоваться простыми биологическими приборами, инструментами и оборудованием;
- устанавливать взаимосвязи здоровья человека и его образа жизни;
- определять факторы, укрепляющие здоровье человека в процессе онтогенеза;
- систематизировать основные условия сохранения здоровья человека;
- осознавать необходимость своего участия в охране окружающей среды.

Содержание учебного курса

Наименование разделов	Количество часов	В том числе лабораторных работ	В том числе практических работ
Введение	1	-	-
Окружающая среда и здоровье человека	7	1	-
Влияние факторов среды на функционирование систем органов	21	5	3
Репродуктивное здоровье	4	-	-
Заключение	1		
Всего часов	34	6	3

Введение (1 час)

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

Окружающая среда и здоровье человека (7 часов)

Что изучает экология человека. Экология человека как научное направление, включающее биологическую, социальную и прикладную составляющие. Экологические факторы.

Здоровье и образ жизни. Связь природной и социальной среды со здоровьем человека. 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.

Вредные привычки и здоровье человека.

Лабораторная работа № 1: «Оценка состояния физического здоровья».

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

Влияние факторов среды на функционирование систем органов (21 час)

Условия правильного формирования опорно-двигательной системы. Воздействие двигательной активности на организм человека.

Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Иммуитет и здоровье.

Условия полноценного развития системы кровообращения. Профилактика нарушений деятельности сердечно-сосудистой системы. Правильное дыхание. Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты – важный экологический фактор.

Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний.

Рациональное питание и культура здоровья.

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

Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Стресс как негативный биосоциальный фактор. Чувствительность к внешним воздействиям и тип

высшей нервной деятельности. Биоритмы и причины их нарушения. Гигиенический режим сна – составляющая здорового образа жизни.

Условия нормального функционирования зрительного анализатора. Внешние воздействия на органы слуха и равновесия. Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции.

Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов. Проблема взросления и культура здоровья. Факторы риска внутриутробного развития. Гендерные роли. Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путем. Ответственное поведение как социальный фактор.

Лабораторные работы:

№ 2 «Оценка подготовки организма к занятиям физической культурой»;

№3 «Оценка состояния противоинфекционного иммунитета. Определение стрессоустойчивости сердечно-сосудистой системы»;

№ 4 «Влияние холода на частоту дыхательных движений»;

№ 5 «Оценка температурного режима помещений. Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей»;

№ 6 «Острота слуха и шум».

Практическая работа № 1: «О чем может рассказать упаковка продукта».

Практическая работа № 2: «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды».

Практическая работа № 3: «Развитие утомления».

Проектная деятельность:

№ 1 «История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно-климатические условия. Климат и здоровье»;

№ 2 «Формирование навыков активного образа жизни»;

№ 3 «Здоровье как главная ценность для человека. Показатели состояния здоровья»;

№ 4 «Рациональное питание человека»;

№ 5 «Закаливание и уход за кожей»;

№ 6 «Бережное отношение к здоровью».

Репродуктивное здоровье (4 часа)

Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов. Проблема взросления и культура здоровья. Факторы риска внутриутробного развития. Гендерные роли.

Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путем. Ответственное поведение как социальный фактор.

Заключение (1 час)

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

Тематическое планирование учебного курса

№ п/п	Тема
1	Место курса «Экология человека» в группе дисциплин естественно-научного цикла. Значимость и практическая направленность курса
2	Экология человека как научное направление, включающее биологическую, социальную и прикладную составляющие. Классификация экологических факторов: абиотические, биотические, антропогенные
3	Человек как биосоциальное существо. Связь природной и социальной среды со здоровьем (физическим, психическим, социальным)
4	Образ жизни. Здоровье. Здоровый образ жизни. Лабораторная работа № 1 «Оценка состояния здоровья»
5	История развития представлений о здоровом образе жизни. Этапы развития взаимоотношений человека с природой

6	Характеристика основных адаптивных типов человека. Расы человека: негроидная, европеоидная, монголоидная. Этнография
7	Климат и здоровье. Биометеорология. Экстремальные факторы: перегрузки, невесомость, электрические и магнитные поля, ионизирующая радиация
8	Вредные привычки, пагубные пристрастия: табакокурение, употребление алкоголя и наркотических веществ
9	Условия правильного формирования опорно-двигательной системы
10	Двигательная активность. Гиподинамия. Основные категории физических упражнений. Лабораторная работа № 2 «Оценка подготовки организма к занятиям физической культурой»
11	Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Гипоксия. Анемия
12	Изменение клеток иммунной системы. Лабораторная работа № 3 «Оценка состояния противoinфекционного иммунитета. Определение стрессоустойчивости сердечно-сосудистой системы»
13	Онкологические заболевания. Аллергия. СПИД
14	Условия полноценного развития системы кровообращения. Юношеская гипертония
15	Профилактика нарушений деятельности органов кровообращения
16	Правильное дыхание. Горная болезнь. Лабораторная работа № 4 «Влияние холода на частоту дыхательных движений»
17	Состав и значение основных компонентов пищи. Гиповитаминозы. Практическая работа № 1 «О чем может рассказать упаковка продукта»
18	Питьевой режим
19	Вредные примеси пищи, их воздействие на организм
20	Рациональное питание. Режим питания. Диета
21	Воздействие на кожу солнечных лучей. Солнечное голодание. Правила пребывания на солнце. Практическая работа № 2 «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды»
22	Закаливание
23	Роль кожи в терморегуляции
24	Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы
25	Утомление, переутомление, стресс. Практическая работа № 3 «Развитие утомления»
26	Стрессоустойчивость и типы высшей нервной деятельности
27	Темпераменты
28	Биоритмы. Биологические часы. Гигиенический режим сна. Лабораторная работа № 5 «Оценка температурного режима помещений. Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей»
29	Профилактика нарушений функционирования зрительного анализатора, органов слуха и равновесия
30	Лабораторная работа № 6 «Острота слуха и шум»
31	Половые железы. Вторичные половые признаки. Период полового созревания. Половая жизнь
32	Беременность. Факторы риска, влияющие на внутриутробное развитие
33	Заболевания, передающиеся половым путем. Значение ответственного поведения
34	Итоговое занятие