

РАССМОТРЕНО
на заседании МС (Протокол
№1 от 30.08.2022) Руководи-
тель МС
 Е.И. Деренский
30.08.2022

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
учебной работе
 Е.И. Деренский
31.08.2022

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ «СОШ №1
село Курджиново»
 М.А. Афанасьев
31.08.2022



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочной деятельности «Экология человека»
Класс 8

Всего часов на изучение программы: 34
Количество часов в неделю: 1

Учитель МКОУ «СОШ № 1 село Курджиново»
Деренская Инна Александровна

2022-2023 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена для обучения учащихся в 8 классе МКОУ «СОШ №1 село Курджиново» на основе следующих нормативных документов:

Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ), принят Государственной Думой 21 декабря 2012 года, одобрен Советом Федерации 26 декабря 2012 года (в действующей редакции);

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897; (с изменениями, внесенными приказами от 29.12.2014 г. №1644; от 31.12.2015 г. № 1577)

Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Основная образовательная программа основного общего образования МКОУ «СОШ № 1 село Курджиново». Утверждена приказом № 45 от 31.08.2018г. директора МКОУ «СОШ №1 село Курджиново». Принята на педсовете протокол № 1 от 31.08.2018г.

Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 31.03.2014г. № 253 с изменениями, внесенными приказами от 08.06.2015 г. №576; от 28. 12.2015 г. №1529; от 21.04.2016 г. №459; от 08.06.2017 г. № 535); от 20.05.2020 г. № 254

Устав МКОУ «СОШ №1 село Курджиново»

Положение о рабочих программах образовательного учреждения МКОУ «СОШ № 1 село Курджиново».

Цели изучения курса

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 курса:

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.

Общая характеристика учебного предмета экологии

Курс экологии человека направлен на формирование у учащихся представлений о приспособлении человека к различным экологическим условиям, а также влияние природных и антропогенных факторов на здоровье. Большое внимание уделяется основам здорового образа жизни.

Изучение данного курса в 8 классах базируется на знаниях, полученных учащимися при изучении биологии в предшествующих классах средней школы. Это позволяет обобщить знания, приобретенные ранее, углубить их и раскрыть на более высоком теоретическом уровне. В курсе важное место отводится формированию естественнонаучного мировоззрения.

Планируемые результаты изучения курса

В результате изучения дисциплины, учащиеся научатся:

характеризовать воздействие экологических факторов на организм человека; какое влияние оказывает природная и социальная среда на здоровье человека;

определять влияние климатических факторов на здоровье; влияние электрических и магнитных полей, ионизирующей радиации на организм человека; последствия вредных привычек; выявлять факторы, 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;

характеризовать особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов.; причины заболеваний, передающихся половым путем, их профилактика и лечение; правила гигиены, сохраняющие здоровье человека; основные принципы лекарственной помощи; факторы здоровья и факторы риска болезни;

учащиеся получают возможность:

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;

Место курса экологии в учебном плане

Программа рассчитана на 1 ч. в неделю (34 ч) и включает разделы: «Окружающая среда и здоровье человека», «Влияние факторов среды на функционирование систем органов». Внутри второго раздела материал распределяется по темам в соответствии с изученными в курсе анатомии системами органов. Для формирования навыков и умений практически использовать полученные знания предлагаются лабораторные и практические работы.

Содержание рабочей программы курса

Введение (1 ч)

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

Глава I. Окружающая среда и здоровье человека (3 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.

Лабораторная работа №1. Оценка состояния здоровья.

Глава II. Влияние факторов среды на функционирование систем органов (13 ч)

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

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

Лабораторная работа №2. Оценка подготовки организма к занятиям физической культурой.

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.

Лабораторная работа №3. Оценка состояния противоинфекционного иммунитета. Определение стрессоустойчивости, сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку.

Правильное дыхание.

Лабораторная работа №4. Влияние холода на частоту дыхательных движений.

Состав и значение основных компонентов пищи. Гиповитаминозы. Питьевой режим. Вредные примеси пищи, их воздействие на организм.

Рациональное питание. Режим питания. Диета.

Практическая работа №1. О чем может рассказать упаковка продукта (выполняется по желанию).

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

Практическая работа №2. Реакция организма на изменение температуры окружающей среды. 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 №3. Развитие утомления. Профилактика нарушений функционирования зрительного анализатора, органов слуха и равновесия.

Лабораторная работа №5. Воздействие шума на остроту слуха

Итоговое обобщение по курсу 1 час

Календарно-тематическое планирование курса

№ урока	Тема (раздел), кол-во часов	Планируемые результаты обучения		возможные виды деятельности
		Учащиеся должны знать	Учащиеся должны уметь	
1	Введение. Что изучает экология человека. Цели и задачи предмета 2ч	Экология, цели и задачи предмета	Уметь объяснять значение экологии, пояснять основные цели и задачи данной науки	Формирование культуры здоровья по отношению к себе и окружающим людям
2	Здоровье и образ жизни. Лаб раб.№1 «Оценка состояния здоровья»2ч	ЗОЖ	Умение работать в парах, сравнивать различные показатели и формулировать выводы	Формирование культуры здоровья по отношению к себе и окружающим людям
3	Расы человека. Климат и здоровье.2ч	Знать основные человеческие расы: европеоидная, монголоидная, негроидная, австралоидная.	Уметь характеризовать место человека в систематической группе живых существ. Называть основные признаки характерные для определенной расы.	Развитие умений работать с текстом учебника, преобразовывать его из одной формы в другую (таблица, схема.)
4	Вредные привычки.2ч	Знать и объяснять причины, вызывающие привыкание к табаку. Описывать пути попадания никотина в мозг. Называть внутренние органы, страдающие от курения. Раскрывать опасность принятия наркотиков.	умение работать с различными источниками информации при подготовке сообщений и презентаций; умение адекватно использовать речевые средства при изложении материала; умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с одноклассниками и учителем.	Диагностика степени сформированности интеллектуальных умений анализа, синтеза информации

		Объяснять причину абстиненции («ломки») при принятии наркотиков. Называть заболевания, вызываемые приёмом алкоголя. Раскрывать понятие «белая горячка». Характеризовать особенности высшей нервной деятельности человека. Обосновывать значимость психических явлений и процессов в жизни человека		
5	Воздействие двигательной активности на организм человека. Лаб. Раб. №2 Оценка подготовки организма к занятиям физ. культурой.2ч	Называть части скелета. Описывать функции скелета. Описывать строение трубчатых костей и строение сустава. Раскрывать значение надкостницы, хряща, суставной сумки, губчатого вещества, костномозговой полости,	развитие коммуникативных свойств в ходе выполнения работы в парах; умение осуществлять простейшие исследования; умение преобразовывать информацию из одного вида в другой в ходе выполнения лабораторной работы.	сформированность познавательных интересов и мотивов к изучаемой теме

6	Условия полноценного развития системы кровообращения.2ч	жёлтого костного мозга. Объяснять значение составных компонентов костной ткани. Соблюдать правила работы в кабинете, обращения с лабораторным оборудованием Определять понятия: «гомеостаз», «форменные элементы крови», «плазма», «антиген», «антитело». Объяснять связь между тканевой жидкостью, лимфой и плазмой крови в организме. Описывать функции крови. Называть функции эритроцитов, тромбоцитов, лейкоцитов. Описывать вклад русской науки в развитие медицины. Описывать с помощью иллюстраций в учебнике	умение давать определения понятиям; развитие коммуникативных свойств в ходе выполнения работы в парах; умение осуществлять простейшие исследования; умение преобразовывать информацию из одного вида в другой в ходе выполнения лабораторной работы.	сформированность познавательных интересов и мотивов, интеллектуальных умений (доказывать, строить рассуждения, анализировать, делать выводы);
---	---	--	--	--

		процесс свёртывания крови и фагоцитоз. Соблюдать правила работы в кабинете, обращения с лабораторным оборудованием		
7	Профилактика нарушений деятельности сердечно-сосудистой системы.2ч	Анализировать и обобщать информацию о повреждениях органов кровеносной системы и приёмах оказания первой помощи в ходе продолжения работы над готовым проектом «Курсы первой помощи для школьников»	развивать способность выбирать целевые установки на сохранение и укрепление своего здоровья,	формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
8	Лаб. Раб. № 3 Оценка состояния противоинфекционного иммунитета. Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку. 2ч			
9	Правильное дыхание. Лаб. Раб. № 4 Влияние холода на частоту дыхательных движений.2ч	Описывать строение лёгких человека. Раскрывать роль гемоглобина в га-	развитие коммуникативных свойств в ходе выполнения работы в парах; умение осуществлять простейшие	сформированность познавательных интересов и мотивов, интеллектуальных умений (доказывать, строить рассуждения, анализировать, делать выводы);

10	Состав и значение основных компонентов пищи.2ч	зоообмене. Выполнять лабораторный опыт, делать вывод по результатам опыта. Соблюдать правила работы в кабинете, обращения с лабораторным оборудованием Определять понятие «пищеварение». Описывать с помощью иллюстраций в учебнике строение пищеварительной системы. Называть функции различных органов пищеварения. Называть места впадения пищеварительных желёз в пищеварительный тракт.	исследования; умение преобразовывать информацию из одного вида в другой в ходе выполнения лабораторной работы. развитие навыков исследовательской деятельности, умения структурировать материал, грамотно и аргументировано его излагать: умение работать с различными источниками информации; развитие коммуникативных качеств	сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение живой природы; интеллектуальных умений (доказывать строить рассуждения, анализировать, делать выводы);
11	Воздействие солнечных лучей на кожу. Средства и способы закаливания.2ч	Называть слои кожи. Объяснять причину образования загара. Различать с помощью иллюстрации в учебнике компоненты	умение работать с различными источниками информации (печатными и электронными)	формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию

12	Участие кожи в терморегуляции. Практ. Раб. № 1 «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды» 2ч	разных слоёв кожи. Раскрывать связь между строением и функциями отдельных частей кожи (эпидермиса, гиподермы, волос, желёз и т. д.) Классифицировать причины заболеваний кожи. Называть признаки ожога, обморожения кожи. Описывать меры, применяемые при ожогах, обморожениях. Описывать симптомы стригущего лишая, чесотки. Называть меры профилактики инфекционных кожных заболеваний. Определять понятие «терморегуляция». Описывать свойства кожи, позволяющие ей выполнять функцию органа терморегуляции. Раскрывать значе-	умение работать с различными источниками информации (печатными и электронными); развивать способность выбирать целевые установки на сохранение и укрепление своего здоровья,	знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;
----	---	--	--	--

13	Факторы, влияющие на развитие и функционирования нервной системы. Практ. Раб. № 2 «Развитие утомления» 2ч	ние закаливания для организма. Описывать виды закаливающих процедур. Называть признаки теплового удара, солнечного удара. Описывать приёмы первой помощи при тепловом ударе, солнечном ударе. Характеризовать особенности высшей нервной деятельности человека.	умение работать с различными источниками информации при подготовке сообщений и презентаций;	Диагностика степени сформированности интеллектуальных умений анализа, синтеза информации
14	Стресс как негативный биосоциальный фактор. Биоритмы и причины их нарушений. 2ч.	Обосновывать значимость психических явлений и процессов в жизни человека	умение адекватно использовать речевые средства при изложении материала; умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с одноклассниками и учителем.	Диагностика степени сформированности интеллектуальных умений анализа, синтеза информации
15	Условия нормального функционирования зрительного анализатора. 2ч	Раскрывать роль зрения в жизни человека. Описывать строение глаза.	развитие навыков исследовательской деятельности, умения структурировать материал, грамотно и аргу-	сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение живой природы; интеллектуальных умений (доказывать строить рассу- ж-

		Называть функции разных частей глаза.	ментировано его излагать: умение работать с различными источниками информации; ее преобразование; развитие коммуникативных качеств	дения, анализировать, делать выводы);
16	Внешнее воздействие на слух и органы равновесия. Лаб. Раб. № 5 «Воздействие шума на остроту слуха» 2ч.	Раскрывать роль слуха в жизни человека. Раскрывать риск заболеваний, вызывающих осложнения на орган слуха, и вред от воздействия громких звуков на орган слуха. Выполнять опыт, наблюдать происходящие явления и делать вывод	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с одноклассниками и учителем; умение сравнивать, анализировать, выявлять целесообразность использования тех или иных методов исследования.	сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение живой природы; интеллектуальных умений (доказывать строить рассуждения, анализировать, делать выводы);
17	Обобщающий урок по изученным вопросам.2ч	Основные понятия курса	Умение обобщать и систематизировать материал, делать выводы	Формирование ответственного отношения к учению, готовности к саморазвитию и самообразованию

Учебно-методическое обеспечение

Основная литература:

Пасечник В.В. А.А.Каменский Г.Г.Швецов «Биология. 8 класс» М.; Просвещение, 2019 г.

Дополнительная литература:

Сапин М.Р., Брыскина З.Г. «Анатомия и физиология человека», М.; «Просвещение», 2015г.

Батуев А.С. Биология. Человек., М.; «Просвещение», 2015г.

Зверев И.Д. Книга для чтения по анатомии, физиологии и гигиене человека; М.; «Просвещение», 2013г.

Рохлов В.С. Дидактический материал. Биология. Человек. М.; «Просвещение», 2016г.

Лернер Г.И. Человек. Анатомия, физиология, гигиена поурочные тесты и задания. М.; «Аквариум», 2017г.

Никишов А.И. «Тесты. Биология 8 класс». М., Век книги, 2017г.

Биология 8 класс: учебно-методическое пособие к учебнику В.В.Пасечника «Биология. 8 класс» М.; Просвещение, 2016 г.

Электронные ресурсы:

<http://www.it-n.ru>,

<http://www.zavuch.info>,

<http://www.1september.ru>,

<http://school-collection.edu.ru>.