

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
г. ИРКУТСК
АДМИНИСТРАЦИЯ
КОМИТЕТ ПО СОЦИАЛЬНОЙ ПОЛИТИКЕ И КУЛЬТУРЕ
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
Г. ИРКУТСКА
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №66

664019. г. Иркутск, ул. Ленская, 2а, т. 34 – 93 – 65, факс 34 – 66- 33,
school66-admin@mail.ru

Приложение к основной образовательной
программе основного общего образования МБОУ
г. Иркутска СОШ № 66 (ФК ГОС)

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 228/1
от «30» августа 2017 года
Директор МБОУ г. Иркутска СОШ
№ 66
В.Ф.Федоров _____



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ КУРСУ
«Экология человека» для 6, 7,8 классов
Срок реализации программы 1 год

Составитель программы: Мамунова А.А., учитель биологии
МБОУ г. Иркутска СОШ № 66

Иркутск, 2017

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Экология человека» разработана на основе требований к планируемым результатам освоения Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ г. Иркутска СОШ № 66 (ФК ГОС).

Рабочая программа включает в себя содержание, тематическое планирование, планируемые результаты обучения. Как *приложение 1* к программе включены оценочные материалы, *приложение 2* – методические материалы.

Количество учебных часов, на которые рассчитана программа:

	8 класс	всего
Количество учебных недель	34	34
Количество часов в неделю	1	
Количество часов в год	34	34

Уровень подготовки учащихся: базовый

Место предмета в учебном плане: вариативная часть

Предлагаемая программа направлена на развитие экологического образования школьников. Реализация программы осуществляется за счет регионального компонента государственного образовательного стандарта. Программа направлена на переориентацию содержания образования с исключительно знание основы на выявление личностного смысла в получении знаний в средство для становление духовно-ценностных основ развивающихся личностей, формирование экологической грамотности учащихся.

СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА

8 класс

«Экология человека»

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 (2 ч)

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 противoinфекционного иммунитета.

Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку.

Проектная деятельность.

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

3. Дыхательная система (1 ч)

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 (1 ч)

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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 класс

№	Название темы	Количество часов
Тема 1.	Введение	1
Тема 2.	Опорно-двигательная система	2
Тема 3.	Кровь и кровообращение	2
Тема 4.	Дыхательная система	1
Тема 5.	Пищеварительная система	4
Тема 6.	Кожа	2
Тема 7.	Нервная система. Высшая нервная деятельность	6
Тема 8	Анализаторы	1
Тема 9.	Половая система. Развитие организма	8
	Итого	34

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

8 класс 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.

Приложение I. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценивание устного ответа обучающегося

Отметка «5» ставится в случае:

1. Знания, понимания, глубины усвоения обучающимся всего объёма программного материала.
2. Умения выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать межпредметные и внутрипредметные связи, творчески применяет полученные знания в незнакомой ситуации.
3. Отсутствие ошибок и недочётов при воспроизведении изученного материала, при устных ответах устранение отдельных неточностей с помощью дополнительных вопросов учителя, соблюдение культуры устной речи.

Отметка «4»:

1. Знание всего изученного программного материала.
2. Умений выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутрипредметные связи, применять полученные знания на практике.
3. Незначительные (негрубые) ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, соблюдение основных правил культуры устной речи.

Отметка «3» (уровень представлений, сочетающихся с элементами научных понятий):

1. Знание и усвоение материала на уровне минимальных требований программы, затруднение при самостоятельном воспроизведении, необходимость незначительной помощи преподавателя.
2. Умение работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на видоизменённые вопросы.
3. Наличие грубой ошибки, нескольких негрубых при воспроизведении изученного материала, незначительное несоблюдение основных правил культуры устной речи.

Отметка «2»:

1. Знание и усвоение материала на уровне ниже минимальных требований программы, отдельные представления об изученном материале.
2. Отсутствие умений работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на стандартные вопросы.
3. Наличие нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при воспроизведении изученного материала, значительное несоблюдение основных правил культуры устной речи.

Оценка выполнения практических (лабораторных) работ

Отметка «5» ставится, если ученик:

- 1) правильно определил цель опыта;
- 2) выполнил работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности проведения опытов и измерений;

- 3) самостоятельно и рационально выбрал и подготовил для опыта необходимое оборудование, все опыты провел в условиях и режимах, обеспечивающих получение результатов и выводов с наибольшей точностью;
- 4) научно грамотно, логично описал наблюдения и сформулировал выводы из опыта. В представленном отчете правильно и аккуратно выполнил все записи, таблицы, рисунки, графики, вычисления и сделал выводы;
- 5) проявляет организационно-трудовые умения (поддерживает чистоту рабочего места и порядок на столе, экономно использует расходные материалы).
- 6) эксперимент осуществляет по плану с учетом техники безопасности и правил работы с материалами и оборудованием.

Отметка «4» ставится, если ученик выполнил требования к оценке "5", но:

1. опыт проводил в условиях, не обеспечивающих достаточной точности измерений;
2. или было допущено два-три недочета;
3. или не более одной негрубой ошибки и одного недочета,
4. или эксперимент проведен не полностью;
5. или в описании наблюдений из опыта допустил неточности, выводы сделал неполные.

Отметка «3» ставится, если ученик:

1. правильно определил цель опыта; работу выполняет правильно не менее чем наполовину, однако объём выполненной части таков, что позволяет получить правильные результаты и выводы по основным, принципиально важным задачам работы;
2. или подбор оборудования, объектов, материалов, а также работы по началу опыта провел с помощью учителя; или в ходе проведения опыта и измерений были допущены ошибки в описании наблюдений, формулировании выводов;
3. опыт проводился в нерациональных условиях, что привело к получению результатов с большей погрешностью; или в отчёте были допущены в общей сложности не более двух ошибок (в записях единиц, измерениях, в вычислениях, графиках, таблицах, схемах, и т.д.) не принципиального для данной работы характера, но повлиявших на результат выполнения;
4. допускает грубую ошибку в ходе эксперимента (в объяснении, в оформлении работы, в соблюдении правил техники безопасности при работе с материалами и оборудованием), которая исправляется по требованию учителя.

Отметка «2» ставится, если ученик:

1. не определил самостоятельно цель опыта; выполнил работу не полностью, не подготовил нужное оборудование и объём выполненной части работы не позволяет сделать правильных выводов;
2. или опыты, измерения, вычисления, наблюдения производились неправильно;
3. или в ходе работы и в отчете обнаружилось в совокупности все недостатки, отмеченные в требованиях к оценке «3»;
4. допускает две (и более) грубые ошибки в ходе эксперимента, в объяснении, в оформлении работы, в соблюдении правил техники безопасности при работе с веществами и оборудованием, которые не может исправить даже по требованию учителя.

Оценка самостоятельных письменных и контрольных работ

Отметка «5» ставится, если ученик:

1. выполнил работу без ошибок и недочетов;
2. допустил не более одного недочета.

Отметка «4» ставится, если ученик выполнил работу полностью, но допустил в ней:

1. не более одной негрубой ошибки и одного недочета;
2. или не более двух недочетов.

Отметка «3» ставится, если ученик правильно выполнил не менее 2/3 работы или допустил:

1. не более двух грубых ошибок;
2. или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочета;

3. или не более двух-трех негрубых ошибок;
4. или одной негрубой ошибки и трех недочетов;
5. или при отсутствии ошибок, но при наличии четырех-пяти недочетов.

Отметка «2» ставится, если ученик:

1. допустил число ошибок и недочетов превосходящее норму, при которой может быть выставлена оценка «3»;
2. или если правильно выполнил менее половины работы.

Приложение II. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

8 класс

Контрольная работа №1

Выбери вариант правильного ответа.

Глава 1. Окружающая среда и здоровье человека.

1. Экология человека - это
 - 1) научное направление, изучающее взаимодействие людей с окружающей их средой;
 - 2) научное направление, изучающее взаимодействие между людьми;
 - 3) научное направление, изучающее взаимодействие людей с живыми организмами.
2. Экологические факторы это
 - 1) факторы живой природы;
 - 2) условия среды, воздействующие на человека;
 - 3) условия среды, воздействующие на организмы;
3. Свет, вода, состав почвы температура, воздух относятся к
 - 1) биотическим факторам;
 - 2) абиотическим факторам;
 - 3) антропогенным факторам.
4. Здоровье –это
 - 1) отсутствие болезней и физических недостатков;
 - 2) состояние полного физического, психического и социального благополучия.
 - 3) состояние полного физического здоровья.
5. Система мотивов и ценностей, регулирующих поведение относится к
 - 1) психическому здоровью;
 - 2) физическому здоровью;
 - 3) социальному здоровью;
6. К условиям, способствующим укреплению здоровья относятся;
 - 1) режим дня, правильное питание, табакокурение, двигательная активность;
 - 2) общение с природой, режим дня, правильное питание, двигательная активность;
 - 3) режим дня, правильное питание, двигательная активность, наркомания.
7. Этнография это
 - 1) наука, изучающая бытовые, культурные особенности народов мира;
 - 2) наука о происхождении и эволюции человека, образовании человеческих рас;
 - 3) изучающая влияние погоды и климата на самочувствие и здоровье человека.
8. Антропология это
 - 1) наука, изучающая бытовые, культурные особенности народов мира;
 - 2) наука о происхождении и эволюции человека, образовании человеческих рас;
 - 3) научное направление, изучающее взаимодействие людей с окружающей их средой.
9. Биометеорология
 - 1) наука, изучающая бытовые, культурные особенности народов мира;
 - 2) наука о происхождении и эволюции человека, образовании человеческих рас;

- 3) изучающая влияние погоды и климата на самочувствие и здоровье человека.
10. Коренное население Крайнего Севера относится к
- 1) арктическому типу телосложения;
 - 2) тропическому типу телосложения;
 - 3) пустынному типу телосложения;
 - 4) высокогорному типу телосложения
11. К вредным привычкам не относятся
- 1) употребление наркотиков;
 - 2) употребление алкоголя;
 - 3) занятия спортом;
 - 4) табакокурение.

Контрольная работа №2

Опорно-двигательная система. Кровь и кровообращение.

Дыхательная система.

Выбери вариант правильного ответа

1. Вещества и элементы необходимые для костей:
 - 1) кальций , фосфор, белок, углеводы, жиры;
 - 2) кальций , фосфор, белок, витамины;
 - 3) кальций , фосфор, витамины.
2. Что не способствует сохранению здоровья
 - 1) гиподинамия;
 - 2) двигательная активность;
 - 3) соблюдение режима дня.
3. Наиболее вредоносные факторы воздействия на будущего ребенка:
 - 1) радиационной облучение, физическая активность;
 - 2) радиационной облучение, рациональное питание;
 - 3) радиационной облучение, курение, алкоголизм матери.
4. К профилактическим мерам по развитию онкологических заболеваний относятся:
 - 1) полный отказ от курения, умение справляться со стрессами;
 - 2) умение справляться со стрессами, отказ от курения, соблюдать правила приёма солнечных ванн; следить за массой тела;
 - 3)) умение справляться со стрессами, отказ от курения, алкоголя, наркотиков.
5. Развитию сердечно-сосудистой системы способствует:
 - 1) мышечные нагрузки;
 - 2) употребление повышенного количества соли;
 - 3) психоэмоциональный стресс.
6. Профилактике заболеваний сердца способствует;
 - 1) ходьба, увеличение в питании солёной и жирной пищи, умение справляться со стрессами;
 - 2) умение справляться со стрессами, нормальная масса тела, гиподинамия;
 - 3) ходьба, увеличение в питании рыбы, чеснока, овощей фруктов, овсянки, нормальная масса тела;
7. Признаками горной болезни являются:
 - 1)) одышка, побледнение кожи, головокружение, слабость, тошнота, рвота, потеря сознания;
 - 2) , усиление двигательной активности;
 - 3) учащение пульса, покраснение кожи, высокая температура, кашель.
8. К правильному дыханию относится:
 - 1) ротовое дыхание;
 - 2) ротовое и носовое дыхание;
 - 3) носовое дыхание.

9. Гипертония это
- 1) пониженное артериальное давление;
 - 2) повышенное артериальное давление;
 - 3) извращенная реакция организма на антигены.
10. Заражение ВИЧ происходит через:
- 1) кровь;
 - 2) предметы быта;
 - 3) окружающую среду.

Контрольная работа № 3 **Пищеварительная система. Кожа.**

Выберите вариант правильного ответа.

1. К основным компонентам пищи не относится:
- 1) белки, жиры, углеводы, витамины, минеральные соли, вода;
 - 2) нитраты, простейшие, вирусы, соли тяжелых металлов;
 - 3) вода, белки, жиры, углеводы.
2. Продукты, содержащие наибольшее количество белка:
- 1) масло, хлеб, виноград, сметана, морковь, капуста, гречневая крупа;
 - 2) рыба, сыр, кефир, мясо, творог, соя, орехи, яйца;
 - 3) колбаса, сметана, орехи, молоко, рыбий жир, творог.
3. Продукты с наибольшим содержанием углеводов:
- 1) хлеб, виноград, морковь, капуста, гречневая крупа, груша, картофель;
 - 2) рыба, сыр, кефир, мясо, творог, горох, соя, орехи, яйца;
 - 3) колбаса, сметана, орехи, молоко, рыбий жир.
4. Продукты с наибольшим содержанием жиров:
- 1) хлеб, виноград, морковь, капуста, гречневая крупа, груша, картофель;
 - 2) колбаса, сметана, орехи, молоко, рыбий жир, масло;
 - 3) рыба, сыр, кефир, мясо, творог, горох, соя, орехи, яйца.
5. Под рациональным питанием понимают:
- 1) регулярность приема пищи;
 - 2) распределение приема пищи в течение дня;
 - 3) соответствие количества потребляемой пищи энергетическим затратам организма.

Закончите предложение

6. Кожа выполняет функции _____

7. Положительное влияние ультрафиолетовых лучей на кожу _____

8. Правила пребывания на солнце _____

9. При переходе к закаливанию необходимо учитывать : _____

10. К закаливающим процедурам не относятся:

- 1) водные процедуры;
- 2) воздушные и солнечные ванны;
- 3) еда