



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Ставропольского края
Отдел образования администрации Петровского муниципального округа
МБОУЛ №3

РАССМОТРЕНО
на заседании МО учителей
естественнонаучных
дисциплин
 И.В. Ефименкова
Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
на заседании методического совета
 А.В. Сторчак
Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
директор МБОУЛ №3
 Г.И. Лукьянова
Приказ № 166
от «30» августа 2024 г.



Рабочая программа
курса по биологии «Экологические аспекты здоровья человека»
для обучающихся 9 классов
основного общего образования

г. Светлоград, 2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена в соответствии с авторской программой элективного курса для учащихся 9-х классов «Экологические аспекты здоровья человека», авт. С.А. Цветков, Ф.Н. Салахова // Программы. Сборник 2. Элективные курсы. Биология 6-9 класс. Предпрофильное обучение. М.: Дрофа, 2021.

Курс разработан для предпрофильного обучения на ступени основной средней общеобразовательной школы. Рассчитан для учащихся 9 классов, заботящихся о своем здоровье и выбравших естественный профиль.

Курс в целом ориентирован на организацию работы, которая в дальнейшем поможет учащимся в выборе профиля в старшей школе.

Содержание курса призвано восполнить недостаточность знаний школьников о влиянии всех факторов окружающей среды на здоровье человека и ориентировано прежде всего на изучение материала, выходящего за рамки школьной программы. Учащиеся обучаются экологически грамотному построению своего образа жизни, практическим навыкам по сохранению своего здоровья.

Данный курс относится к экологии человека и включает элементы практической валеологии — навыки оценки уровня своего здоровья и способы его укрепления. Также в него включены сведения об экологии души — общие представления о биоэнерго-информационных взаимодействиях, обучение простейшим навыкам биоэнергоинформационной безопасности.

Программа курса содержит теоретические, практические и экскурсионные занятия, а также индивидуальные наблюдения. Предусмотрены лекционные занятия, беседы, практические работы и, кроме того, самостоятельная работа с различными источниками информации, включая сеть Интернет.

Цель курса - сформировать целостное представление о здоровье человека, о влияющих на него экологических факторах и особенностях их воздействия на человеческий организм; познакомить с основами системы самосбережения и укрепления здоровья.

Задачи курса:

- организация психолого-педагогической диагностики и валеологического мониторинга состояния здоровья,
- обучение простейшим навыкам защиты от воздействия различных видов загрязнений окружающей среды,
- закладка основ системы сохранения и укрепления здоровья,
- воспитание бережного отношения к природе. Гармонизация отношений с окружающим миром.

Курс рассчитан на 17 ч (0,5 ч в неделю). Уровень рабочей программы элективного курса — базовый. Рабочая программа соответствует положениям Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, в том числе требованиям к результатам освоения основной образовательной программы, фундаментальному ядру содержания общего образования, примерной программе по биологии.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Планируемые общие и специальные компетентности учащихся

В качестве *основных образовательных результатов* выступают: развитие и повышение экологической, санитарной культуры учащихся.

Курс способствует формированию базовых ценностей (жизнь, здоровье, красота, знание, человек), содействует воспитанию физически крепкого молодого поколения, адекватному отношению к себе и окружающим.

Интеграция курса: экология, биология, химия, медицина, история, искусство. Благодаря практической направленности, своему интегративному содержанию (медицина, биология, история искусств, экология), высокой мировоззренческой значимости,

ориентированной в системе общечеловеческих ценностей, данный элективный курс может быть востребован учащимися, занимающимися по различным профилям.

Формы организации и методы обучения учащихся

Содержание элективного курса предполагает разнообразные формы, методы и приемы организации деятельности школьников: беседы, рассказы, практические работы, проектную деятельность, самостоятельную работу с литературой, демонстрации таблиц, натуральных объектов и т. д.

Динамику интереса к темам курса поможет проследить анкетирование на первом и последнем этапах его изучения.

Для успешной реализации целей и задач курса «Экологические аспекты здоровья человека» используется соответствующая материально-техническая база: натуральные объекты, таблицы, образцы потребительских товаров, учебная и справочная литература.

Основные требования к знаниям и умениям

Учащиеся должны знать:

- основные экологические понятия (социальная экология; экосистема; консументы; продуценты; редуценты; взаимосвязи в природе; экологические проблемы; среда обитания; факторы среды; вредные привычки; санитарно-гигиенические нормы; социологический опрос; социально-экологические условия проживания);

- предмет изучения социальной экологии;
- экологические проблемы современности;
- основные методы изучения экологической обстановки жилища человека;
- основные способы улучшения экологической обстановки жилища человека;
- основные опасные вещества и факторы, их источники и последствия воздействия на организм человека.

Учащиеся должны уметь:

- проводить простейшие исследования экологической обстановки окружающей среды;
- анализировать и делать выводы по результатам исследований;
- оформлять результаты исследования;
- докладывать о результатах исследования;
- проводить социологический опрос населения;
- правильно выбирать потребительские товары;
- моделировать и прогнозировать состояние окружающей среды;
- работать с приборами, химическим оборудованием, живыми объектами;
- работать с литературой;
- применять полученные знания на практике;
- организовывать свою исследовательскую деятельность;
- работать в группе;

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

1. Здоровье человека (1 ч.)

Знакомство с целями, задачами и содержанием курса, с программой работы. Здоровье и его составляющие. Самооценка здоровья. Проба по К. П. Бутейко. Оценка пульса. Взаимосвязь психического и физического здоровья человека. Лечебные факторы среды. Повреждающие факторы среды. Болезни человека.

2. Основы здорового образа жизни (1 ч.)

Составляющие здорового образа жизни. Двигательная активность. Рациональное питание.

Практическая работа

1. *Оценка образа жизни. Оцените свои привычки. Оценка здоровья. Оценка степени физической подготовки. Оценка правильности питания.*

3. Ландшафт как фактор здоровья (1 ч.)

Влияние климата. Влияние различных форм рельефа (гор, равнин, морей). Влияние природного ландшафта. Влияние городского ландшафта. Видеоэкология.

4. Химические загрязнения среды и здоровье человека (2 ч.)

Определение загрязнения. Кумулятивный эффект. Классификация загрязнений. Особенности влияния химических загрязнений на здоровье человека. Пестициды. Мутагены. Канцерогены. Последствия химических отравлений.

Практическая работа

2. *Обнаружение нитратов.*

5. Биологические загрязнения среды и здоровье человека (2 ч.)

Виды биологических загрязнений. Бактериальное загрязнение. Вирусные инфекции и их профилактика. Выбросы органических веществ искусственного происхождения. Грибковые загрязнения. Паразитологическая обстановка в РФ и регионе. Природно-очаговые инфекции. Влияние глобального потепления на паразитологическую обстановку в РФ и регионе.

Практическая работа

3. *Экспертиза продуктов питания с целью выявления генетически модифицированных компонентов (ГМК).*

6. Питание как фактор человеческого здоровья (2 ч.)

Полноценное рациональное питание — залог здоровья. Раздельное питание. Биологически активные вещества (БАВ) и биологически активные добавки (БАД), их влияние на человеческий организм. Экологически чистые продукты. Генетически модифицированные продукты, их влияние на здоровье. Влияние нитратов на организм человека. Польза и вред диет и постов.

Практическая работа

4. *Полная экспертиза продуктов питания.*

7. Физические загрязнения среды и здоровье человека (3 ч.)

Виды физических загрязнений. Шум. Влияние шума. Шкала интенсивности шума. Влияние ультразвуков и инфразвуков. Шумовая болезнь. Влияние электромагнитных излучений на здоровье человека.

Радиоэкология. Радиоэкология организма (дозы облучения). Естественный радиационный фон. Искусственные источники радиации. Радиационная безопасность. Радиационная обстановка в России и регионе.

8. Биогепатогенные зоны (1 ч.)

Природа биогепатогенных зон (БПЗ). Влияние БПЗ на растения и животных. Влияние БПЗ на человеческий организм. Учет БПЗ при строительстве жилья.

9. Экология души (2 ч.)

Биоэнергетическая информация человека. Информационно-энергетическое поле Земли и его влияние на человека. Экологическая этика и ее влияние на биополе человека. Влияние космических объектов на здоровье человека. Религиозные секты, их признаки и вредное воздействие на сознание человека.

10. Проблемы адаптации человека к окружающей среде (1 ч.)

Адаптация. Стресс. Учение Г. Селье о стрессе. Фазы приспособления к стрессу. Дистресс. Типы адаптивного поведения человека. Влияние типа адаптивного поведения человека на выбор профессии.

11. Экскурсия. Анкетирование. Подведение итогов 1 (ч.)

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Криксунов Е . А. , Пасечник В. В. Экология. 9 класс. М.: Дрофа, 2021.
2. Кузин А . М . Природный радиоактивный фон и его значение для биосферы Земли. М.: Наука, 2020.
3. Никитин А . В. Охрана окружающей среды и человека. М.: Мир, 2019.
4. Популярная экология. Казань, 2022.
5. Радиация: дозы, эффект, риск. М.: Мир, 2021.
6. Рамад Ф . Основы прикладной экологии. Л., 2019.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (17 часов)

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата проведения	Подготовка к ОГЭ, ЕГЭ	Примечание
1. Здоровье человека (1 ч.)					
1.	Здоровье и его составляющие. Лечебные факторы среды. Болезни человека.	1		5.2 5.5.	
2. Основы здорового образа жизни (1 ч.)					
2.	Составляющие здорового образа жизни. Практическая работа №1. <i>Оценка образа жизни. Оцените свои привычки. Оценка здоровья. Оценка степени физической подготовки. Оценка правильности питания.</i>	1		5.2 5.5.	
3. Ландшафт как фактор здоровья (1 ч.)					
3.	Влияние климата, форм рельефа, природного и городского ландшафта на здоровье.	1		5.2 5.5.	
4. Химические загрязнения среды и здоровье человека (2 ч.)					
4.	Химические загрязнения, классификация, особенности влияния на здоровье человека.	1		5.2 5.5.	
5.	Пестициды. Мутагены. Канцерогены. Последствия химических отравлений. Практическая работа №2. <i>Обнаружение нитратов.</i>	1		5.2 5.5.	

5. Биологические загрязнения среды и здоровье человека (2 ч.)					
6.	Биологические загрязнения среды, их виды. <i>Практическая работа №3.</i> <i>Экспертиза продуктов питания с целью выявления генетически модифицированных компонентов (ГМК).</i>	1		5.2 5.5.	
7.	Природно-очаговые инфекции.	1		5.2 5.5.	
6. Питание как фактор человеческого здоровья (2 ч.)					
8.	Рациональное питание и раздельное питание. Биологически активные вещества (БАВ) и биологически активные добавки (БАД), их влияние на человеческий организм.	1		5.2 5.5.	
9.	Экологически чистые и генетически модифицированные продукты, их влияние на здоровье. <i>Практическая работа №4</i> <i>Полная экспертиза продуктов питания.</i>	1		5.2 5.5.	
7. Физические загрязнения среды и здоровье человека (3 ч.)					
10.	Физические загрязнения, их виды: шум, ультразвуки, инфразвуки, электромагнитные излучения.	1		5.2 5.5.	
11.	Радиоэкология. Естественный радиационный фон. Искусственные источники радиации.	1		5.2 5.5.	
12.	Радиационная безопасность.	1		5.2 5.5.	
8. Биогеопатогенные зоны (1 ч.)					
13.	Природа биогеопатогенных зон (БПЗ), их влияние на растения, животных, человеческий организм.	1		5.2 5.5.	

9. Экология души (2 ч.)					
14.	Биоэнергоинформационные взаимосвязи человека. Экологическая этика.	1		5.2 5.5.	
15.	Влияние космических объектов на здоровье человека.			5.2 5.5.	
10. Проблемы адаптации человека к окружающей среде (1 ч.)					
16.	Адаптация. Стресс. Типы адаптивного поведения человека.	1		5.2 5.5.	
11. Экскурсия. Анкетирование. Подведение итогов 1 (ч.)					
17.	Значение знаний о влиянии факторов окружающей среды на здоровье человека.	1		5.2 5.5.	