

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Добринская основная общеобразовательная школа
имени Спиридонова Николая Семеновича»

РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического совета
МБОУ «Добринская ООШ
им. Спиридонова Н.С.»
Протокол №1
от 25.08.2023 г.



УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ «Добринская ООШ
им. Спиридонова Н.С.»
Насим М.В.
Приказ № 189
от 31.08.2023 г.

**Рабочая программа
модуля учебного предмета Биология
«Экология человека»
(36 часов)
8 класс
на 2023-2024 учебный год**

Разработчик
Гераськина Т.В.

Тростники

2023

Планируемые результаты освоения учебного предмета

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- овладение на уровне общего образования законченной системой экологических знаний и умений, навыками их применения в различных жизненных ситуациях;
- осознание ценности экологических знаний, как важнейшего компонента научной картины мира:
- сформированность устойчивых установок социально-ответственного поведения в экологической среде – среде обитания всего живого, в том числе и человека.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Метапредметные результаты основаны на формировании универсальных учебных действий

Личностные УУД:

- осознание себя как члена общества на глобальном, региональном и локальном уровнях (житель планеты Земля, житель конкретного региона);
- осознание значимости и общности глобальных проблем человечества;
- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости её сохранения и рационального использования;
- патриотизм, любовь к своей местности, своему региону, своей стране;
- уважение к истории, культуре, национальным особенностям, толерантность.

Регулятивные УУД:

- способность к самостоятельному приобретению новых знаний и практических умений;
- умения управлять своей познавательной деятельностью;
- умение организовывать свою деятельность;
- определять её цели и задачи;
- выбирать средства и применять их на практике;
- оценивать достигнутые результаты.

Познавательные УУД:

- формирование и развитие средствами экологических знаний познавательных интересов, интеллектуальных и творческих результатов;
- умение вести самостоятельный поиск, анализ, отбор информации, её преобразование, сохранение, передачу и презентацию с помощью технических средств.
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- создавать схемы с выделением существенных характеристик объекта;

- уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность;

Коммуникативные УУД:

- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом).

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- называть методы изучения, применяемые в экологии;

– определять основные органы человека;

– понимать смысл биологических терминов;

– проводить биологические опыты и эксперименты и объяснять их результаты;

- уметь пользоваться лабораторным оборудованием и иметь простейшие навыки работы с микропрепаратами.

Содержание курса

Введение (1 ч)

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

Тема 1. Окружающая среда и здоровье человека (7 ч)

Экология человека как научное направление, включающее биологическую, социальную и прикладную составляющие. Здоровье. Здоровый 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-болезненные, пагубные пристрастия.

Лабораторная работа №1. Оценка состояния физического здоровья.

Оценка физической работоспособности методом степ-теста

Проектная деятельность.

Народная мудрость гласит... (пословицы, поговорки, приметы о климате, погоде и здоровье).

Тема 2. Влияние факторов среды на функционирование систем органов (21 ч)

1 Опорно-двигательная система(2ч)

Условия правильного формирования опорно-двигательной системы.

Двигательная

активность. Гиподинамия. Основные категории физических упражнений.

Проектная деятельность.

Формирование навыков активного образа жизни.

2 Кровь и кровообращение (5ч)

Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Иммунитет и здоровье. Изменение клеток иммунной системы. Онкологические заболевания. Аллергия. СПИД.

Условия полноценного развития системы кровообращения. Юношеская гипертония.

Профилактика нарушений деятельности органов кровообращения.

Лабораторная работа.

Определение стрессоустойчивости сердечно – сосудистой системы.

Резервы сердца

Проба с задержкой дыхания

Подсчет пульса до и после дозированной нагрузки

Кардиореспираторные пробы Генчи и Штанге

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.

Физиология дыхания (рефлекс Геринга)

Исследование изменения дыхания у человека при выполнении двигательной нагрузки.

4. Пищеварительная система (4ч)

Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты- важный экологический фактор. Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний.

Рациональное питание и культура здоровья. Режим питания. Диета.

Лабораторные работы.

Определение рН воды

Практическая работа. О чем может рассказать упаковка продукта

Проектная деятельность.

Рациональное питание.

5. Кожа (3ч)

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

Лабораторные работы.

Определение рН средств личной гигиены

Определение рН средств личной гигиены разной концентрации в растворах.

Практическая работа. Реакция организма на изменение температуры окружающей среды

Проектная деятельность. Закаливание. Уход за кожей.

Нервная система. Высшая нервная деятельность (5ч)

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.

Лабораторная работа. Оценка температурного режима помещений. Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей
Оценка вегетативного тонуса в состоянии покоя (вегетативный индекс Кердо ВИК).

Оценка вегетативной реактивности. Определение реактивности симпатического отдела вегетативной нервной системы.

Оценка вегетативной реактивности. Определение реактивности парасимпатического отдела вегетативной нервной системы.

Оценка вегетативного обеспечения (проба Мартинетта)

8Анализаторы (2ч)

Условия нормального функционирования зрительного анализатора. Внешние воздействия на органы слуха и равновесия.

Лабораторная работа.

Воздействие шума на остроту слуха.

Освещенность помещений и его влияние на физическое здоровье людей.

Исследование естественной освещенности помещений класса

Проектная деятельность.

Бережное отношение к здоровью.

Тема 3. Репродуктивное здоровье (4 часа)

Особенности развития юноши и девушки под действием биосоциальных факторов.

Проблемы взросления и культура здоровья. Гендерные роли.

Ответственное поведение как социальный фактор.

Тематическое планирование

№ урока	Тематическое планирование	Количество часов	Вид учебной деятельности учащихся
1	Введение	1	Объяснять значение экологии человека для сохранения здоровья
2-8	Окружающая среда и здоровье человека	7	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;
	Влияние факторов среды на функционирование систем органов	21	Давать характеристику факторам, 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
9-10	Опорно-двигательная система	2	Проектная деятельность Формирование навыков активного образа жизни
11-15	Кровь и кровообращение	5	Выполнение лабораторных работ: Определение стрессоустойчивости сердечно – сосудистой системы.Резервы сердца Проба с задержкой дыханияПодсчет пульса до и после дозированной нагрузкиКардиореспираторные пробы Генчи и Штанге Проектная деятельность. Здоровье как главная ценность (вакцинация; помощь больным; показатели состояния здоровья).
16	Дыхательная система	1	Выполнение лабораторных работ: Влияние холода на частоту дыхательных движений. Физиология дыхания (рефлекс Геринга) Исследование изменения дыхания у человека при

			выполнении двигательной нагрузки
17-20	Пищеварительная система	4	<p>Выполнение лабораторных работ: Определение рН воды</p> <p>Практическая работа: О чем может рассказать упаковка продукта Проектная деятельность. Рациональное питание.</p>
21-23	Кожа	3	<p>Выполнение лабораторных работ: Определение рН средств личной гигиены Определение рН средств личной гигиены разной концентрации в растворах. Практическая работа. Реакция организма на изменение температуры окружающей среды Проектная деятельность. Закаливание. Уход за кожей.</p>
24-28	Нервная система. Высшая нервная деятельность	5	<p>Выполнение лабораторных работ: Оценка температурного режима помещений. Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей Оценка вегетативного тонуса в состоянии покоя (вегетативный индекс Кердо ВИК). Выполнение лабораторных работ: Оценка вегетативной реактивности. Определение реактивности симпатического отдела вегетативной нервной системы. Оценка вегетативной реактивности. Определение реактивности</p>

			<p>парасимпатического отдела вегетативной нервной системы.</p> <p>Оценка вегетативного обеспечения (проба Мартинетта)</p>
29-30	Анализаторы	2	<p>Выполнение лабораторных работ:</p> <p>Воздействие шума на остроту слуха.</p> <p>Освещенность помещений и его влияние на физическое здоровье людей.</p> <p>Исследование естественной освещенности помещений класса</p> <p>Проектная деятельность.</p> <p>Бережное отношение к здоровью.</p>
31-34	Репродуктивное здоровье	4	<p>Объяснять развитие организма человека, проблемы взросления и культуру здоровья</p>
35-36	Защита проектов	2	Защита проектов