

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КАРАСЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

Тел.: 8(496)617- 99-97, 8(496)617- 99-98
E-mail: shkolakar@mail.ru

140451, Московская область, Коломенский район,
поселок Лесной, улица Школьная, дом 1.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МОУ Карасёвской
средней общеобразовательной школы
Е. А. Григорьева
Приказ от «29» августа 2017 г. № 268



**Рабочая программа
по внеурочной деятельности
«Экология человека»
в 8 классе**

Составитель: учитель биологии
Абрамова Е. И.,
высшая квалификационная категория

2017-2018 учебный год

Коломенский муниципальный район

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Экология человека» в 8 классе разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273 - ФЗ от 29.12.2012 года
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 г. № 373 (ред. от 31.12.2015 г.) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
3. Письмо Департамента общего образования Министерства образования и науки России от 12.05.2011 г. № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
4. Постановление Главного Государственного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (в действующей редакции от 24.11.2015 г. № 81).
5. Основная образовательная программа начального общего образования МОУ Карасёвской средней общеобразовательной школы на 2015 г. -2019 г., утвержденная приказом директора школы от 31.08.2015 г. № 211 (изменения и дополнения, утвержденные приказом директора школы от 29.08.2017 г. №263)
6. Программа для общеобразовательных учреждений 5-11 классы «Природоведение. Биология. Экология»- М.: Вентана-Граф, 2014 г.

Программа внеурочной деятельности «Экология человека» **направлена** на формирование у обучающихся 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 данной программы в 8 классе базируется на знаниях, полученных обучающимися при изучении биологии в предшествующих классах средней школы. Это позволяет обобщить знания, приобретенные ранее и углубить их.

Программа состоит из 3 основных разделов: «Окружающая среда и здоровье человека», «Влияние факторов среды на системы органов», «Репродуктивное здоровье».

Новизна рабочей программы заключается в том, что она отражает сведения о современной естественнонаучной картине мира, затрагивая связи между природой и человеком. **Актуальность** рабочей программы связана с прикладной, практической направленностью содержания курса экологии человека, важное место отведено вопросам

сохранения и укрепления здоровья человека, профилактике заболеваний, безопасного поведения в окружающей среде.

Цели изучения программы:

- 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 программы:

- развитие экологического мышления обучающихся;
- 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 обучающихся системы мышления и действий, направленных на установление связей, обнаруживаемых изменений в состоянии здоровья с действием факторов среды обитания;
- продолжение развития у обучающихся навыков самостоятельной работы.

Программа внеурочной деятельности «Экология человека» сочетает в себе различные отрасли науки - биологии, географии, химии, физики, истории, анатомии и физиологии человека, обеспечивая закрепление межпредметных связей.

Приоритетной является **практическая деятельность** обучающихся по постановке опытов, проведению наблюдений за состоянием организма, описанию последствий при влиянии различных факторов.

Важное внимание обращается на развитие практических навыков и умений в работе с дополнительными источниками информации: энциклопедиями, справочниками, словарями, научно-популярной литературой, ресурсами Internet и др.

Программа рассчитана на **1 час** в неделю (всего 35 часов) и ориентирована на использование учебника «Экология человека: Культура здоровья»: 8 класс авт. Федорова М.З., Кучменко В.С., Воронина Г.А. М.:Вентана-Граф, 2014г.- 144 с.

Формы работы:

- 1.экологические проекты,
- 2.ролевые игры,
3. имитационное моделирование,
- 4.защита проектов,
- 5.игровые задания,
- 6.видеоэкскурсии,
- 7.опыты и практические работы
- 8.лабораторные работы.

Тема «Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных факторов» и «Проблемы взросления и культура здоровья» объединены в 1 занятие (11.05.2018 г.), т.к. занятие по теме: «Закаливание: средства и способы» выпадает на 23.02.2018 г., тема : «Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путем. Ответственное поведение, как социальный фактор» и «Итоговое занятие» объединены в 1 занятие (25.05.2018 г.), т.к. тема «Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Влияние холода на частоту дыхательных движений. **Практическая работа №3 по теме:** «Развитие утомления» выпадает на праздничный день (09.03.2018 г.)

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты.

У обучающегося будет сформировано:

- умение оценивать состояние организма при воздействии на него различных факторов среды; выполнение правил безопасности при проведении практических работ;
- умение соблюдать гигиенические правила (питания, дыхания, сна и др.), режима дня (двигательной активности, труда, отдыха и др.);
- умение применять способы закаливания и ухода за кожей.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- умения проводить наблюдения и самонаблюдения.

Метапредметные результаты.

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск необходимой информации в справочных изданиях (в том числе на электронных носителях, в сети Internet);
- использовать дополнительные источники информации при решении учебных задач; работать с текстами естественнонаучного характера (пересказ; выделение в тексте терминов, описаний наблюдений и опытов; составление плана; заполнение предложенных таблиц);
- подготавливать краткие сообщения с использованием естественнонаучной лексики и иллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устного выступления);
- вести учебный диалог при работе в малой группе сотрудничества.

Обучающийся получит возможность научиться:

- оценивать собственный вклад в деятельность группы сотрудничества; давать самооценку уровня личных учебных достижений по предложенному образцу.

Предметные результаты.

Обучающийся научится:

- осознавать взаимосвязи здоровья и образа жизни;
- осознавать воздействие природных и социальных факторов на организм человека.

Обучающийся получит возможность для формирования.

- представлений об основных условиях сохранения здоровья и факторах, укрепляющих здоровье в процессе развития человеческого организма.

Содержание программы

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 (7 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 №1 по теме: «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 (22 ч)

1. Опорно-двигательная система (2 ч)

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

Лабораторная работа № 2 по теме: «Оценка подготовленности организма к занятиям физической культурой».

Проектная деятельность.

Формирование навыков активного образа жизни.

2. Кровь и кровообращение (5ч)

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.

№3 по теме : «Оценка состояния противoinфекционного иммунитета».

№4 по теме: «Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку».

Проектная деятельность.

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

3. Дыхательная система (1ч)

Правильное дыхание. Горная болезнь.

Лабораторная работа №5 по теме: «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 №1 по теме: «О чем может рассказать упаковка продукта».

Проектная деятельность.

Рациональное питание.

5. Кожа (3ч)

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

6. Нервная система. Высшая нервная деятельность (5 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.

Лабораторная работа № 6 по теме: «Оценка температурного режима учебных помещений»

Лабораторная работа № 7 по теме: «Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей»

Практическая работа №2 по теме: «Реакция организма на изменения температуры окружающей среды»

Практическая работа №3 по теме: «Развитие утомления».

7. Анализаторы (2ч)

Профилактика нарушений функционирования зрительного анализатора, органов слуха и равновесия.

Лабораторная работа №8 по теме: «Воздействие шума на остроту слуха».

Проектная деятельность.

Бережное отношение к здоровью.

III. Репродуктивное здоровье (5 ч)

Половая система. Развитие организма (5 ч)

Половые железы. Вторичные половые признаки. Период полового созревания.
Половая жизнь.

Беременность. Факторы риска, влияющие на внутриутробное развитие.

Заболевания, передающиеся половым путем. Значение ответственного поведения.

Защита проектов по теме: «Влияние среды на здоровье людей»

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Дата план.	Дата факт.
Введение 1 час				
1.	Введение. Что изучает экология человека.	1	08.09	
Глава 1. Окружающая среда и здоровье человека - 7 ч.				
2.	Целевой инструктаж по охране труда при проведении лабораторных работ по биологии ИОТ-011-14. Человек как биосоциальное существо. Здоровье и образ жизни. <i>Лабораторная работа № 1 по теме: «Оценка состояния физического здоровья».</i>	1	15.09	
3.	История развития представлений о здоровом образе жизни.	1	22.09	
4.	Этапы развития взаимоотношений человека с природой.	1	29.09	
5.	Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях.	1	06.10	
6.	Влияние климатических факторов на здоровье.	1	13.10	
7.	Вредные привычки (болезненные, пагубные пристрастия)	1	20.10	
8.	Защита проектов по темам: «История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно-климатические условия. Климат и здоровье»	1	27.10	
Глава 2. Влияние факторов среды на системы органов - 22 ч.				
9.	Условия правильного формирования опорно-двигательной системы.	1	10.11	
10.	Целевой инструктаж по охране труда при проведении лабораторных работ по биологии ИОТ-011-14. Воздействие двигательной активности на организм человека. <i>Лабораторная работа № 2 по теме: «Оценка подготовленности организма к занятиям физической культурой»</i>	1	17.11	
11.	Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови.	1	24.11	
12.	Целевой инструктаж по охране труда при проведении лабораторных работ по биологии ИОТ-011-14. Иммуитет и		01.12	

	здоровье. Лабораторная работа № 3 по теме: «Оценка состояния противoinфекционного иммунитета»			
13.	Условия полноценного развития системы кровообращения.	1	08.12	
14.	Целевой инструктаж по охране труда при проведении лабораторных работ по биологии ИОТ-011-14. Профилактика нарушения деятельности сердечно-сосудистой системы. Лабораторная работа № 4 по теме: «Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку».	1	15.12	
15.	Здоровье как главная ценность (вакцинация, помощь больным, показатели состояния здоровья)	1	22.12	
16.	Целевой инструктаж по охране труда при проведении лабораторных работ по биологии ИОТ-011-14. Правильное дыхание. Лабораторная работа № 5 по теме: «Влияние холода на частоту дыхательных движений»	1	29.12	
17.	Пища. Питательные вещества и природные пищевые компоненты – важный экологический фактор.	1	12.01	
18.	Целевой инструктаж по охране труда при проведении практических работ по биологии ИОТ-011-14. Чужеродные примеси пищи. Профилактика вызываемых ими заболеваний. Практическая работа № 1 по теме: «О чем может рассказать упаковка»	1	19.01	
19.	Рациональное питание и культура здоровья.	1	26.01	
20.	Защита проектов по темам: «Здоровье как главная ценность (вакцинация; помощь больным; показатели состояния здоровья), «Рациональное питание».	1	02.02	
21.	Воздействие солнечных лучей на кожу.	1	09.02	
22.	Целевой инструктаж по охране труда при проведении практических работ по биологии ИОТ-011-14. Температура окружающей среды и участие кожи в терморегуляции. Практическая работа №2 по теме: «Реакция организма на изменения температуры окружающей среды»	1	16.02	

23.	Закаливание: средства и способы.	1	02.03	
24.	Целевой инструктаж по охране труда при проведении практических работ по биологии ИОТ-011-14. Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Влияние холода на частоту дыхательных движений. <i>Практическая работа №3 по теме: «Развитие утомления»</i>	1	16.03	

25.	Целевой инструктаж по охране труда при проведении лабораторных работ по биологии ИОТ-011-14. Стресс как негативный биосоциальный фактор. <i>Лабораторная работа № 6 по теме: «Оценка температурного режима учебных помещений»</i>	1	23.03	
26.	Чувствительность к внешним воздействиям и тип высшей нервной деятельности	1	06.04	
27.	Биоритмы и причины их нарушений. Гигиенический режим сна – составляющая здорового образа жизни	1	13.04	
28.	Целевой инструктаж по охране труда при проведении лабораторных работ по биологии ИОТ-011-14. Влияние окружающей среды на некоторые железы внутренней секреции. <i>Лабораторная работа № 7 по теме: «Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей»</i>	1	20.04	
29.	Условия нормального функционирования зрительного анализатора.	1	27.04	
30.	Целевой инструктаж по охране труда при проведении лабораторных работ по биологии ИОТ-011-14. Внешние воздействия на слух и органы равновесия. <i>Лабораторная работа № 8 по теме: «Воздействие шума на остроту слуха».</i>	1	04.05	
Глава 3. Репродуктивное здоровье – 5 ч.				
31.	Особенности развития организма юноши и девушки под действием биосоциальных	1	11.05	

	факторов.			
32.	Защита проектов по теме: «Влияние среды на здоровье людей»	1	11.05	
33.	Проблемы взросления и культура здоровья.	1	18.05	
34.	Факторы риска внутриутробного развития.	1	25.05	
35.	Биологические и социальные причины заболеваний, передающихся половым путем. Ответственное поведение, как социальный фактор.	1	25.05	

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ:

1. Программа для общеобразовательных учреждений 5-11 классы «Природоведение. Биология. Экология»- М.: Вентана-Граф, 2014г.
2. Федорова М.З., Кучменко В.С., Воронина Г.А. Экология человека: Культура здоровья: 8 класс: учебное пособие для учащихся общеобразовательных учреждений. М.:Вентана-Граф, 2014.- 144 с.
3. Воронина Г.А., Федорова М.З. Экология человека. Культура здоровья: 8 класс: Рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных учреждений. - М.: Дрофа, 2016. – 64с.
4. Журналы: «Здоровье школьника» и «Будь здоров!». – М.: издатель ЗАО «МЦФЭР», 2009 – 2010 гг.; 2010 – 2011 гг.; 2012 – 2013 гг..

Интернет – ресурсы:

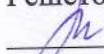
1. www.km.ru/education - Учебные материалы и словари на сайте «Кирилл и Мефодий».
2. www.edios.ru – Эйдос – центр дистанционного образования

1. Приборы для проведения естественнонаучных наблюдений и опытов.
2. Учебные материалы иллюстративного характера (таблицы, рисунки, схемы, фотографии по всем разделам биологии на электронном носителе):
 - Структура экологии человека.
 - Экологические факторы.
 - Здоровый образ жизни.
 - Загрязнение окружающей среды.
 - Экологическая катастрофа.
 - Представители разных рас, различных типов телосложения.
 - Приспособления человека к сезонным изменениям.
 - Экстремальные факторы.
 - Вредные привычки.
 - Опорно-двигательная система человека.
 - Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови.
 - Кровеносная система человека.
 - Дыхательная система.
 - Состав пищи.
 - Содержание питательных веществ и природных пищевых компонентов в продуктах питания.
 - Культура питания.
 - Воздействие солнечных лучей на кожу человека.
 - Средства и способы закаливания.
 - Чередование труда и отдыха.
 - Причины болезней движения.
 - Источники шума.
 - Типы темпераментов.
 - Изменения функций и работоспособности человека в течение суток.
 - Фазы сна.

Железы внутренней секреции.
Строение женской и мужской репродуктивной системы.
Этапы развития организма человека.
Классификация факторов риска внутриутробного развития.

«Рассмотрено»
Протокол заседания ШМО
учителей естественно-математического цикла
от «28» августа 2017 г. №1

«Согласовано»
Зам. директора по УР
МОУ Карасевской СОШ
Решетова С.В.


« 28 » августа 2017

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КАРАСЁВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

Тел.: 8(496)617- 99-97, 8(496)617- 99-98
E-mail: shkolakar@mail.ru

140451, Московская область, Коломенский район,
поселок Лесной, улица Школьная, дом 1.

Лист
корректировки рабочей программы

Класс	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту

Учитель биологии: *Афанас* / *Афанас* 8.11.1