

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКОЙ РЕСПУБЛИКИ
МКОУ «СОШ № 1 СЕЛО КУРДЖИНОВО»**

РАССМОТРЕНО

методический совет

 Е.И. Деренский
протокол № 1 от 30.08.2024

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора

 Е.И. Деренский
протокол № 1 от 31.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

директор

 М.А. Афанасьев
Приказ № 57/1 от 31.08.2024



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО БИОЛОГИИ
«ЭКОЛОГИЯ ЧЕЛОВЕКА»**

для обучающихся 8 класса
на 2024-2025 учебный год

составитель: учитель биологии Деренская И.А.

село Курджиново 2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности по биологии «Экология человека» составлена для обучения учащихся в 8 классе МКОУ «СОШ №1 село Курджиново» на основе следующих нормативных документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023).
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 N 287 (для V-IX классов образовательных организаций);
- Федеральной образовательной программы основного общего образования (Утверждена приказом Минпросвещения России от 16.11.2022 под № 993).
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления молодежи».
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 02.08.2022 № 653 «Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ НОО, ООО, СОО» (зарегистрирован 29.08.2022 № 69822).
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 21.09.2022 г. № 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и установления предельного срока использования исключенных учебников».

Устава МКОУ «СОШ №1 село Курджиново»

Учебного плана МКОУ «СОШ № 1 село Курджиново»

Положения о рабочих программах 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 противинфекционного 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. Объяснять причину абстиненции («ломки») при принятии наркотиков. Называть заболевания, вызываемые приёмом алкоголя.	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
		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	развитие коммуникативных свойств в ходе выполнения работы в парах; умение осуществлять простейшие исследования; умение	сформированность познавательных интересов и мотивов к изучаемой теме

		надкостницы, хряща, суставной сумки, губчатого вещества, костномозговой полости, жёлтого костного мозга. Объяснять значение составных компонентов костной ткани. Соблюдать правила работы в кабинете, обращения с лабораторным оборудованием	преобразовывать информацию из одного вида в другой в ходе выполнения лабораторной работы.	
6	Условия полноценного развития системы кровообращения. 2ч	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,	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	сформированность познавательных интересов и мотивов, интеллектуальных умений (доказывать, строить рассуждения, анализировать, делать выводы);

		лейкоцитов. Описывать вклад русской науки в развитие медицины. Описывать с помощью иллюстраций в учебнике процесс свёртывания крови и фагоцитоз. Соблюдать правила работы в кабинете, обращения с лабораторным оборудованием	работы.	
7	Профилактика нарушений деятельности сердечнососудистой 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 противоионфекционного иммунитета. Реакция сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку. 2ч			
9	Правильное дыхание. Лаб. Раб. № 4 Влияние холода на	Описывать строение лёгких человека.	развитие коммуникативных свойств в ходе выполнения	сформированность познавательных интересов и мотивов,

	частоту дыхательных движений.2ч	Раскрывать роль гемоглобина в газообмене. Выполнять лабораторный опыт, делать вывод по результатам опыта. Соблюдать правила работы в кабинете, обращения с лабораторным оборудованием	работы в парах; умение осуществлять простейшие исследования; умение преобразовывать информацию из одного вида в другой в ходе выполнения лабораторной работы.	интеллектуальных умений (доказывать строить рассуждения, анализировать, делать выводы);
--	---------------------------------	---	---	---

10	Состав и значение основных компонентов пищи.2ч	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.	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 разных слоёв кожи. Раскрывать связь между строением и функциями отдельных частей кожи (эпидермиса, гиподермы, волос, желёз и т. д.)	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. Практик. Раб. № 1 «Реакция организма на изменение температуры окружающей среды»2ч	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».	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;

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

			<p>источниками информации; ее преобразование; развитие коммуникативных качеств</p>	<p>делать выводы);</p>
16	<p>Внешнее воздействие на слух и органы равновесия. Лаб. Раб. № 5 «Воздействие шума на остроту слуха» 2ч.</p>	<p>Раскрывать роль слуха в жизни человека.</p> <p>Раскрывать риск заболеваний, вызывающих осложнения на орган слуха, и вред от воздействия громких звуков на орган слуха.</p>	<p>умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с одноклассниками и учителем; умение сравнивать, анализировать, выявлять</p>	<p>сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение живой природы; интеллектуальных умений (доказывать строить рассуждения, анализировать, делать</p>

		Выполнять опыт, наблюдать происходящие явления и делать вывод	целесообразность использования тех или иных методов исследования.	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 УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Основная литература:

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

1. 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>.