**МБОУ «Школа №103 с углубленным изучением иностранного языка»**
**городского округа город Уфа Республики Башкортостан**

| РАССМОТРЕНО: | СОГЛАСОВАНО: | УТВЕРЖДАЮ: |
|---|---|---|
| На заседании ШМО<br>Протокол № 1<br>От «31»августа 2022<br>Руководитель ШМО<br>Сазонова Ю.В_____ | Заместитель директора по УВР<br>_____<br>Сагадиева Е.А.<br>«31» 08 2022 | Директор МБОУ «Школа №103»<br>_____<br>А.Р. Нафикова<br>«__» 08 2022 |

# Рабочая программа
# Экология

Классы: **8**

Учебник: Экология человека. Культура здоровья. Автор Федорова М.З.
Издательство: Просвещение. 2022 год

Срок освоения программы: **1 год**

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ЭКОЛОГИИ

Рабочая программа предназначена для преподавания экологии человека по программе среднего (полного) общего образования по учебнику М.З. Федоровой, В.С. Кучменко, Г.А. Ворониной «Экология человека. 8 класс». Данная рабочая программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

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.

Программа курса написана в соответствии с требованиями действующего Государственного образовательного стандарта.

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

***Результаты обучения.***

Приоритетной является практическая деятельность учащихся 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., а также:

- выдвижение гипотезы на основе житейских представлений или изученных закономерностей;
- выбор условий проведения наблюдения или опыта;
- оценка состояния организма при воздействии на него различных факторов среды; выполнение правил безопасности при проведении практических работ.
- поиск необходимой информации в справочных изданиях (в том числе на электронных носителях, в сети Internet);
- использование дополнительных источников информации при решении учебных задач; работа с текстами естественнонаучного характера (пересказ; выделение в тексте терминов, описаний наблюдений и опытов; составление плана; заполнение предложенных таблиц);
- подготовка кратких сообщений с использованием естественнонаучной лексики и иллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устного выступления);

- корректное ведение учебного диалога при работе в малой группе сотрудничества;

- оценка собственного вклада в деятельность группы сотрудничества; самооценка уровня личных учебных достижений по предложенному образцу.

Формы контроля знаний: тестовые, самостоятельные работы; фронтальный и индивидуальный опрос; отчеты по практическим и лабораторным работам; творческие задания (защита рефератов и проектов).

В преподавании курса экологии человека используются следующие *формы и методы урочной и внеурочной работы,* направленные на формирование у школьников познавательной самостоятельности, навыков исследовательской деятельности и развитие их интеллектуальных способностей: рассказ или лекция с элементами беседы, информационно-поисковая деятельность и самостоятельное изучение основной и дополнительной литературы, написание и защита рефератов, исследовательская деятельность, выполнение практических, лабораторных и самостоятельных работ.

Требования к результатам освоения курса экологии в основной школе определяются ключевыми задачами общего образования, отражающими индивидуальные, общественные и государственные потребности, и включают личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета.

Изучение экологии в 8 классе даёт возможность достичь следующих **личностных результатов:**

- знание основных принципов и правил отношения к живой природе, основ здорового образа жизни и здоровье сберегающих технологий;
- реализация установок здорового образа жизни;
- сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение животного мира; интеллектуальных умений (доказывать, строить рассуждения, анализировать, сравнивать, делать выводы и др.); эстетического отношения к живым объектам;
- формирование личностных представлений о ценности природы, осознание значимости и общности глобальных проблем человечества;
- формирование уважительного отношения к истории, культуре, национальным особенностям и образу жизни других народов; толерантности и миролюбия;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;

- развитие эстетического сознания через признание красоты окружающего мира.

**Метапредметными результатами** освоения материала по экологии в 7классе являются:

- овладение *составляющими исследовательской и проектной деятельности* (включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям, классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать и защищать свои идеи);
- умение *работать с* разными *источниками* биологической *информации:* находить биологическую информацию в различных источниках (тексте учебника, научно-популярной литературе, биологических словарях и справочниках), анализировать и оценивать информацию, преобразовывать информацию из одной формы в другую;
- способность *выбирать целевые и смысловые установки* в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

**Предметными результатами** освоения экологии в 7 классе являются:

- В познавательной (интеллектуальной) сфере.
- *объяснение роли экологии в практической деятельности людей;* места и роли человека в природе; роли животных в жизни человека; значения биологического разнообразия для сохранения биосферы;
- *выявление изменчивости организмов; приспособлений животных к среде обитания;* типов взаимодействия разных видов в экосистеме; взаимосвязей между особенностями строения клеток, тканей, органов, систем органов и их функциями;(элективный курс – экология растений)
- *овладение методами экологической науки:* наблюдение и описание биологических объектов и процессов; постановка биологических

экспериментов и объяснение их результатов. (элективный курс – экология растений)

- В ценностно-ориентационной сфере.
- знание основных правил поведения в природе и основ здорового образа жизни;
- анализ и оценка последствий деятельности человека в природе, влияния факторов риска на здоровье человека. (элективный курс – экология растений)
- В сфере трудовой деятельности.
- знание и соблюдение правил работы в кабинете биологии;
- В сфере физической деятельности.
- *освоение приемов оказания первой помощи* при заражении паразитическими организмами, простудных заболеваниях, травмах; (элективный курс – экология растений)

проведения *наблюдений за состоянием животного организма*. (элективный курс – экология растений)

5. В эстетической сфере.

- овладение умением оценивать с эстетической точки зрения объекты живой природы. (элективный курс – экология растений)

## II СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### Окружающая среда и здоровье человека (7 часов)

Что изучает экология человека. Разделы экологии человека (биологическая, социальная, прикладная). Экологические факторы: биотические, абиотические, антропогенные (социальные, физические, химические, биологические).Природная и социальная среда. Здоровье (физическое, психическое, социальное). Образ жизни. Режим дня. Лабораторная работа № 1 «Оценка состояния физического здоровья». Отношение к здоровому образу жизни на разных этапах развития человеческого общества (от первобытного человека до наших дней). Изменения взглядов на здоровый образ жизни. Этапы в истории развития взаимоотношений человека с природой. Экологическая катастрофа. Антропология. Этнография. Расы человека: негроидная, европейская, монголоидная. Типы телосложения: арктический, тропический, пустынный, высокогорный. Климат и здоровье. Погода и

здоровье. Биометеорология. Экстремальные факторы: перегрузки, невесомость, электрические и магнитные поля, ионизирующая радиация.

**Влияние факторов среды на системы органов (20 часов)**

Вредные привычки, пагубные пристрастия: табакокурение, употребление алкоголя и наркотических веществ. Опорно-двигательная система: кости и мышцы. Факторы: наследственность, питание, физическая нагрузка, алкоголь, табакокурение. Гиподинамия у детей и взрослых. Активный образ жизни. Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови детей и взрослых. Климатогеографические факторы. Радиационное облучение. Курение, алкоголь, лекарственные препараты, влияющие на развитие плода. Гипоксия. Анемия. Система кровообращения. Ударный объем. Частота сердечных сокращений. Юношеская гипертония. Горная болезнь. Канцерогены. Носовое дыхание. Правильное дыхание. Питательные вещества. Основные компоненты пищи: белки, жиры, углеводы, витамины, вода, минеральные соли. Вкусовые компоненты. Природные пищевые компоненты: растительные волокна, молочнокислые бактерии, дрожжи. Вредные вещества: нитраты, нитриты, пестициды, тяжелые металлы. Заболевания, вызываемые болезнетворными организмами: сальмонеллез, ботулизм. Рациональное питание. Культура питания. Диета. Факторы, оказывающие влияние на кожу. Инфракрасные, видимые, ультрафиолетовые лучи. Солнечное голодание. Правила пребывания на солнце. Теплоотдача: теплопроведение, теплоизлучение, потоиспарение, участие кровеносных сосудов. Закаливание. Солнечные ванны. Воздушные ванны. Водные процедуры.Утомление. Переутомление. Фотоэпилепсия. Работа на компьютере. Звук. Шум. Укачивание. Вибрационная болезнь. Стресс. Стадии стресса. Методы релаксации: простое расслабление мышц, метод медитативной релаксации, антистрессовая релаксация, чередующееся носовое дыхание.
Темпераменты: сангвиник, флегматик, холерик, меланхолик.
Стрессоустойчивость. Биоритмы. Основные группы биоритмов.
Биологические часы.
Сон. Значение фаз сна. Продолжительность сна. Гигиена сна.
Щитовидная железа. Эпифиз.

**Репродуктивное здоровье (6часов +1 час резервный)**

Половые железы. Половые гормоны. Период полового созревания.
Вторичные половые признаки. Половая жизнь. Беременность. Естественное и искусственное прерывание беременности. Внутриутробное развитие.
Факторы риска: физические, биологические, химические. Роль и место мужчины и женщины в обществе. Сифилис. Гонорея. Хламидиоз.
Трихомоноз. Герпес. СПИД. Ответственное поведение.

## III ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

| № п/п | Тема | Количество часов | Лабораторная работа |
|---|---|---|---|
| 1. | Окружающая среда и здоровье человека | 7 | |
| 2. | Влияние факторов среды на системы органов | 20 | Лаборат раб- 3<br>Практич раб -1 |
| 3. | Репродуктивное здоровье | 6 | |
| 4. | Резервный урок | 1 | |