

Принято  
Педагогическим советом  
протокол №\_\_\_\_\_  
от \_\_\_\_\_

«Утверждаю»  
Директор МБОУ «Школа №150»  
\_\_\_\_\_ О.И.Щербинина  
Введено в действие приказом  
№\_\_\_\_ от «\_\_\_» 20\_\_\_\_\_

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

МБОУ «Средняя общеобразовательная русско-татарская школа № 150»  
Приволжского района города Казани  
по курсу по выбору  
«Основные аспекты экологии»  
для 10-11 класса  
2020-2021 учебный год

## **1. Планируемые результаты изучения учебного предмета**

Личностные результаты должны отражать:

- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Предметные

### **Выпускник научится**

- развивать интерес к вопросам социальной экологии и современным экологическим проблемам;
- формировать социально-ценные мотивы личностного отношения к природе;
- раскрывать универсальную ценность природы;
- привлекать обучающихся к исследованию и охране природы родного края;
- формировать нравственно-экологические знания, соответствующие интеллектуальные и практические умения, обобщенные модели поведения в природной среде;
- побуждать обучающихся к оцениванию фактов воздействия человека и общества на природу и природы на человека и общество;
- привлекать обучающихся к контролю и оценке социально-значимых результатов природоохранной деятельности.

### **Выпускник получит возможность научиться**

- формированию у обучающихся старшей школы системы экологических знаний, взглядов и убеждений, обеспечивающих понимание сущности природных процессов и результатов деятельности человека в биосфере
- содержанию концепции устойчивого развития, а также способствующих формированию у старшеклассников экологического сознания и экологической ответственности.

## **2. Содержание учебного курса.**

Тема 1. Здоровье человека. 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.

Тема 2. Основы здорового образа жизни. Составляющие здорового образа жизни. Двигательная активность. Рациональное питание. Практическая работа. Оценка образа жизни. Оценка своих привычек. Оценка здоровья. Оценка степени физической подготовки. Оценка правильности питания.

Тема 3. Ландшафт как фактор здоровья. Влияние климата. Влияние различных форм рельефа (гор, равнин, морей). Влияние природного ландшафта. Влияние городского ландшафта. Видеоэкология.

Тема 4. Химические загрязнения среды и здоровье человека. Определение загрязнения.

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

отравлений.

Тема 5. Биологические загрязнения среды и здоровье человека. 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. Экспертиза продуктов питания с целью выявления генетически модифицированных компонентов (ГМК)

Тема 6. Питание как фактор здоровья человека. 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. Полная экспертиза продуктов питания.

Тема 7. Физические загрязнения среды и здоровье человека. 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.

Тема 8. Биогеопатогенные зоны. Природа биогеопатогенных зон (БГП). Влияние БГП на растения и животных. Влияние БГП на человеческий организм. Учёт БГП при строительстве жилья.

Тема 9. Экология души. Биоэнергоинформационные взаимосвязи человека. Информационно-энергетическое поле Земли его влияние на человека. Экологическая этика и её влияние на биополе человека. Влияние космических объектов на здоровье человека. религиозные секты, их признаки и вредное воздействие на сознание человека.

Тема 10. Проблемы адаптации человека к окружающей среде. Адаптация. Стресс. Ученые Г. Селье о стрессе. Фазы приспособления к стрессу. Дистресс. Типы адаптивного поведения человека.

Влияние типа адаптивного поведения человека на выбор профессии.

Тема 11. Подведение итогов.

### 3. Тематическое планирование

№	Раздел, тема	кол-во часов
1.	Здоровье человека	3
2.	Основы здорового образа жизни	4
3.	Ландшафт как фактор здоровья	2
4.	Химические загрязнения среды и здоровье человека	4
5.	Биологические загрязнения среды и здоровье человека	4
6.	Питание как фактор здоровья человека	3
7.	Физические загрязнения среды и здоровье человека	3
8.	Биогеопатогенные зоны.	5
9.	Экология души	4
10.	Проблемы адаптации человека к окружающей среде	3
		35