


Министерство образования, науки  
и молодежной политики Нижегородской области  
Государственное автономное  
профессиональное образовательное учреждение  
«Городецкий Губернский колледж»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОУД.14 Экология человека  
программы подготовки специалистов среднего звена  
по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах**


г. Городец, 2020

РАССМОТРЕНО

на заседании методической комиссии  
преподавателей общеобразовательных дисциплин  
Протокол №1 от 27 августа 2020 года

Председатель МК  /Расходова О.Ф./  
Зав. методическим кабинетом

 /Климичева Н.У/

Автор  /Молева И.Н./

Составлена в соответствии с ФГОС по  
специальности 44.02.02 Преподавание  
в начальных классах

Заместитель директора по УПР

 /Голычева Л.С./

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	5
3. Условия реализации программы учебной дисциплины	8
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	9

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОУД.14 Экология человека

### 1.1 Область применения программы

Программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности 44.02.02 Преподавание в начальных классах.

Программа может использоваться образовательным учреждением в профессиональном и дополнительном образовании, в процессе профессиональной переподготовки, повышения квалификации, а также при дистанционной форме обучения по специальности.

### 1.2 Место учебной дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена

Данная учебная дисциплина относится к дополнительным дисциплинам общеобразовательного цикла по выбору обучающегося.

### 1.3 Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

#### *Цель курса:*

- ознакомление с явлениями и процессами, происходящими в человеческих общностях, жизненной среде человека;
- формирование системы знаний о человеке как звене экосистемы;
- выявление взаимосвязи и взаимоотношений между человеком и природой в прошлые эпохи и в действительности, чтобы правильно оценить вредное техногенное воздействие не только на окружающую природную среду, но и на человеческое общество.

#### *Задачи:*

- сформировать систему понятий экологии человека;
- определить место, которое занимает человек в общей системе природы;
- обеспечить понимание общих закономерностей действия экологических факторов на организм человека на разных этапах онтогенеза, действия экологических факторов на различных уровнях интеграции (популяционном, экосистемном, биосферном);
- сформировать практические навыки определения критических периодов онтогенеза, оценки уровня физического развития и типов конституции, экологического анализа пищи, оценки уровня физического развития и типов конституции, экологического анализа пищи, снятия стресса;
- рассмотреть различные аспекты взаимоотношений человека и природы, степень влияния деятельности человека на природу и характер ответных реакций природы;
- нацелить обучающихся и общество на рациональное использование ресурсов природы, их воспроизводство и защиту от загрязнения и разрушения с целью обеспечения потребности живущих и будущих поколений людей.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен

#### **знать:**

- современные вопросы экологии человека и связь ее с другими экологическими дисциплинами, основные этапы развития экологии человека и практическое значение экологии человека;
- уровни антропоэкологических исследований, модели антропоэкосистем, информационное поле, его территориальные границы и время существования;

- основные медицинские аспекты в экологии человека, проблемы биологической адаптации человека, наследственность человека, основы экологической эпидемиологии, уровни общественного здоровья населения;
- экологические проблемы городских и сельских жителей, экологию питания, образ и качество жизни населения;
- проблемы формирования антропоэкосистемы и проблемы безопасности, жизненный потенциал.

**уметь:**

- различать и анализировать модели выбранной антропоэкосистемы;
- давать практическую оценку экологически чистой, безопасной и социальнокомфортной среды обитания человека;
- пользоваться методами поиска перспектив и для человека и окружающей среды последствий, связанных с функционированием опасных объектов;
- определять уровень физического состояния индивидуального здоровья человека.

**1.4 Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины**

Максимальной учебной нагрузки обучающегося - 58 часов, в том числе:

- обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося - 39 часов;
- самостоятельной работы обучающегося - 19 часов.

**2 СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**2.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Объем часов</b>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	58
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	39
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	19
Форма аттестации по дисциплине – <i>дифференцированный зачет (1 семестр)</i>	

## 2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
Тема 1. Введение в экологию человека	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	
	Предмет экологии человека. Антропоэкосистемы – объект изучения экологии человека. Антропоэкологические особенности города и сельской местности. Цель, задачи и методы экологии человека. Место экологии человека в системе наук. Исторические аспекты развития экологии человека.	6	1
	<b>Самостоятельная работа</b>	2	3
	Работа с учебной литературой. Подготовка сообщений, докладов.		
Тема 2. Антропогенез и экологические факторы. Формирование антропосферы	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10</b>	
	Введение в антропогенез. Человек и высшие приматы. Среда антропогенеза. Этапы и экологическая обусловленность антропогенеза. Географические и экологические факторы расселения человечества. Расовая структура. Экологические факторы расообразования. Экологические факторы этногенеза. Экологические ниши человечества. Экологическая демография. Структура и функционирование современной антропосферы.	6	2
	<b>Самостоятельная работа</b>	4	3
	Работа с учебной литературой. Подготовка сообщений, докладов, рефератов		
Тема 3. Адаптации человека	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>10</b>	
	Учение об адаптациях. Эволюция и формы адаптации. Теории адаптации. Адаптогенные факторы. Механизмы адаптации. Качество жизни как фактор адаптации. Адаптация человека к холоду и условиям высоких широт. Адаптация человека к высокой температуре и условиям аридной зоны. Адаптации человека к высокогорью. Адаптация к физическим нагрузкам. Биологические ритмы и среда обитания. Адаптация биоритмов человека. Сложные формы физиологической адаптации.	6	2
	<b>Самостоятельная работа</b>	4	3
	Работа с учебной и справочной литературой. Подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций.		

<b>Тема 4. Здоровье и болезни человека: экологические аспекты человека</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	12	
	Особенности онтогенеза человека. Факторы здоровья и факторы риска. Экологические поражения и болезни цивилизации. Гигиена жилища. Основные химические загрязнители. Экоотоксические эффекты. Мутагенные и канцерогенные вещества. Инфекционные и паразитарные болезни в антропоценозах. Неинфекционные болезни в антропоценозах.	8	2
	<b>Самостоятельная работа</b>	4	3
	Работа с учебной и справочной литературой. Подготовка сообщений, докладов, рефератов, презентаций.		
<b>Тема 5 Гигиеническая и экологическая адекватность питания.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>9</b>	
	Принципы здорового питания. Пищевая и биологическая ценность продуктов. Профилактика нарушений состояния питания. Эколого-гигиеническая безопасность продуктов питания. Трансгенные продукты питания.	6	1
	<b>Самостоятельная работа</b>	3	3
	Работа с учебной литературой. Подготовка сообщений, докладов.		
<b>Тема 6. Экология труда и спорта</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	<b>8</b>	
	Основные понятия экологии труда и спорта. Характеристика динамической и статической работы. Восстановление после физических нагрузок. Обоснование выработки и разминки.	6	2
	<b>Самостоятельная работа</b>	2	3
	Работа с учебной и справочной литературой. Подготовка сообщений, докладов.		
<b>Дифференцированный зачет</b>		<b>1</b>	
<b>Всего</b>		<b>58</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Для реализации программы учебной дисциплины используется учебный кабинет «Экологические основы природопользования. Биология. География. Естествознание. Физиология, анатомия, гигиена»

- столы ученические
- стулья ученические
- стол преподавателя
- стул преподавателя
- доска меловая
- наглядные пособия (комплекты учебных таблиц, плакатов, модели);

#### **3.2 Информационное обеспечение обучения**

##### **Дополнительные источники**

1. Алексеев С.В. Экология: Учебное пособие для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений разных видов. СПб.: СММО Пресс, 2005
2. Алексеева Т.И. Адаптация человека в различных экологических нишах Земли– М.: Изд-во МНЭПУ, 1989.
3. Зайончковская Ж.А. Развитие системы расселения и экологии человека. -М.: Наука, 1988.
4. Ладозо К.С., Онеги В.Д., Фатеева Е.М. Основы рационального питания. К., 1987.
5. Прохоров Б.Б. Введение в экологию человека: социально-демографический аспект– М.: Изд-во МНЭПУ, 1995.
6. Пивоваров Ю.П. Руководство к лабораторным занятиям по гигиене и экологии человека. - М.: ВУНМЦ МЗ РФ, 2004.



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b>	
– различать и анализировать модели выбранной антропоэкосистемы;	самостоятельная работа
– давать практическую оценку экологически чистой, безопасной и социальнокомфортной среды обитания человека;	самостоятельная работа
– пользоваться методами поиска перспектив и для человека и окружающей среды последствий, связанных с функционированием опасных объектов;	самостоятельная работа
– определять уровень физического состояния индивидуального здоровья человека.	исследовательская работа
<b>Знания:</b>	
– современные вопросы экологии человека и связь ее с другими экологическими дисциплинами, основные этапы развития экологии человека и практическое значение экологии человека;	самостоятельная работа
– уровни антропоэкологических исследований, модели антропоэкосистем, информационное поле, его территориальные границы и время существования;	самостоятельная работа
– экологические проблемы городских и сельских жителей, экологию питания, образ и качество жизни населения;	самостоятельная работа
– проблемы формирования антропоэкосистемы и проблемы безопасности, жизненный потенциал.	тестирование
– основные медицинские аспекты в экологии человека, проблемы биологической адаптации человека, наследственность человека, основы экологической эпидемиологии, уровни общественного здоровья населения;	самостоятельная работа

