

Администрация города Дзержинска Нижегородской области
Департамент образования администрации города Дзержинска
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа № 29»
(МБОУ «Школа № 29»)

Принято
на педагогическом совете
МБОУ «Школа №29»
Протокол №8 от 25.08.2020г.

Утверждено
Приказом директора
Муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Школа №29»
№222-п от 01.09.2020г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
естественнонаучной направленности
«Экология человека. Культура здоровья»**

Срок реализации программы - 2 года

Возраст детей – 14-16 лет

Программа разработана
учителем биологии, химии
МБОУ «Школа № 29»
Волковой Е.Г.

Г. Дзержинск
2020 г.



Актуальность

Воспитание экологической культуры - актуальнейшая задача сложившейся социально-культурной ситуации начала XXI века.

В условиях разностороннего глубочайшего экологического кризиса усиливается значение экологического образования в школе как ответственного этапа в становлении и развитии личности ребенка. Закон «Об экологическом образовании», принятый во многих регионах России, ставит своей задачей создание системы непрерывного всеобъемлющего экологического образования и является основанием для поиска и разработки эффективных средств экологического образования населения. Анализ теоретической и методической экологической литературы, а также состояния практики экологического образования в школах свидетельствует о необходимости совершенствования всей системы воспитательной работы со школьниками, одной из приоритетной целей которой должно стать становление экологически грамотной личности, способной гармонично взаимодействовать с окружающим миром и осознающей свое место в Природе. Актуальность разработанной программы продиктована также отсутствием в теории и практике экологического образования в школе, рассчитанной на весь период обучения, программы дополнительного образования с экологической направленностью для школьников.

Пояснительная записка

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Экология человека. Культура здоровья» позволяет учащимся расширить представление о строении организма человека и влияние окружающей среды на ткани, органы, системы органов и организм в целом.

В данной рабочей программе сохраняется логика построения курса: от общих представлений о среде обитания и условиях существования к конкретному влиянию основных экологических факторов на организм. Рассматриваются вопросы влияния абиотических, биотических, антропогенных факторов на организм человека в целом и их воздействие на системы органов.

Для формирования навыков и умений практически использовать полученные знания проводятся лабораторные и практические работы.

На занятиях ребята учатся вести наблюдения, работать с художественной и научной литературой. У них возникает потребность лучше и больше знать.

Во время проведения дидактических игр, развивается коллективизм, уважение друг к другу.

Общение учеников с педагогом на занятиях теряет формальную направленность, когда четко выполняются установки социальных ролей “учитель” и “ученик”. Ученики и учителя становятся единомышленниками, занимаясь тем, что их интересует.

Место в учебном плане.

Программа «Экология человека. Культура здоровья» рассчитана на 2 года для учеников 8-9 класса..

Количество часов – 140 ч.

Основная цель программы – формирование мировоззрения, развитие разносторонних способностей, воспитание экологической культуры школьников.

Программа предусматривает решение следующих задач:

- экологизация биологических знаний,
- развитие идей курса «Человек», направленных на сохранение здоровья человека,
- изучение влияния окружающей среды на ткани, органы, системы органов и организм в

целом.

Основные принципы содержания программы:

- принцип единства сознания и деятельности;
- принцип наглядности;
- принцип личностной ориентации;
- принцип системности и целостности;
- принцип экологического гуманизма;
- принцип практической направленности

Методы работы:

1. Поисково-исследовательский
2. Самореализация через различные творческие дела, участия в конкурсах, экскурсиях, выставках
3. Коллективный подход

Формы работы:

1. Индивидуальная работа
2. Работа в парах
3. Групповая работа

Учащиеся должны знать:

- о взаимосвязи здоровья и образа жизни;
- о воздействии природных и социальных факторов на организм человека;
- о влиянии факторов окружающей среды на функционирование и развитие систем органов;
- об основных условиях сохранения здоровья;
- о факторах, укрепляющих здоровье в процессе развития человеческого организма;
- о необходимости участия в охране окружающей среды.
- Профессии, связанные со здоровьем человека

Учащиеся должны уметь:

- работать с микроскопом
- работать с художественной и научной литературой;
- оценивать состояние здоровья;
- находить связь между биосоциальными факторами среды и здоровьем человека;
- соблюдать гигиенические правила (питания, дыхания, сна и др.), режим дня (двигательной активности, труда, отдыха и др.);
- применять способы закаливания и ухода за кожей;
- уменьшать вредное воздействие стресса и утомления;
- проводить наблюдения и самонаблюдения.

Содержание программы

8 класс

Раздел I. Введение (4 ч)

Охрана природы. Предмет и задачи экологии Биология охраны природы. Оформление стендов «Охрана природы родного края»

Раздел II. Воздействие человечества на биосферу (19 ч)

Цивилизация – начало борьбы с природой. Экологические проблемы современной цивилизации (свалки, загрязнение океанов, кислотные дожди, озоновые дыры и т. Д.). Нарушение человеком механизмов саморегуляции и поддержания равновесия в природе. Опасность глобальной экологической катастрофы. Экология человека как научное направление, включающее биологическую, социальную и прикладную составляющие. Классификация экологических факторов: абиотические, биотические, антропогенные. Масштабы влияния человека на земную кору. Скупой платит дважды. Использование природных богатств. Непосильная тяжесть городов. Отходы и свалки. Влияние водохранилищ, а также ГЭС и ТЭЦ на экосистему городов и посёлков. Глобальное потепление климата, в чём причина и чем это грозит человечеству и всему живому на Земле. Проблема роста больших городов и вытеснения ими животных и птиц с места их постоянного обитания. Проблема загрязнения Мирового океана, водоёмов, суши и уменьшение пресной воды. Проблема уменьшения запасов не возобновимых сырьевых и энергетических ресурсов. Атомная энергетика. Радиация и человек. Растения, повышающие устойчивость к радионуклидам организма человека. Чернобыльские джунгли. Последствия аварии на ЧАЭС. «Зелёные»- чем занимается и что пропагандирует данная организация. Человек как биосоциальное существо. Связь природной и социальной среды со здоровьем (физическим, психическим, социальным).

Раздел III Образ жизни и здоровье человека (12ч)

Этапы и факторы становления человека. Здоровье человека разных эпох. Образ жизни человека в разные исторические эпохи. Образ жизни. Здоровье. Здоровый образ жизни. Пр.р. Оценка состояния здоровья (секундомер). 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. **Проектная деятельность.** История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно – климатические условия. Климат и здоровье. Экстремальные факторы: перегрузки, невесомость, электрические и магнитные поля, ионизирующая радиация. Вредные привычки, пагубные пристрастия: табакокурение, употребление алкоголя. Наркомания – беда человечества. Изготовление буклетов

Раздел IV Влияние экологических факторов на развитие человечества (2 ч)

Экологические (температура, влажность) факторы и их влияние на развитие человечества. Показатели состояния биосферы. Возможности человека и человечества к адаптации. Стихийные бедствия, чрезвычайные ситуации и человечество. Здоровье людей и ускорившийся ритм жизни.

Основные понятия: показатели состояния биосферы, мониторинг, устойчивость биосферы, «спринтеры» и «стайеры», активная адаптация человечества, стихийное бедствие, чрезвычайная ситуация.

Практическая работа. Игра «Человечество и лес».

Раздел V Влияние факторов среды на функционирование систем органов (32ч)

1. Опорно-двигательная система (5ч)

Опорно- двигательная система. Условия правильного формирования опорно- двигательной системы. Двигательная активность. Гиподинамия. Основные категории физических

упражнений **Л.Р.** Оценка подготовки организма к занятиям физической культурой. Вывих, растяжение, перелом. Практикум «Первая помощь при травмах». Проектная деятельность. Формирование навыков активного образа жизни. Проектная деятельность. Формирование навыков активного образа жизни. Изготовление буклетов

2. Кровь и кровообращение (11 ч)

Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Гипоксия. Анемия. Изменение клеток иммунной системы. Онкологические заболевания. СПИД. Аллергия. Профессия: аллерголог. Условия полноценного развития системы кровообращения. Юношеская гипертония. **Л.р.** Оценка состояния противоионфекционного иммунитета. Врач: иммунолог **Л.р.** Определение стрессоустойчивости сердечнососудистой системы. Врач: кардиолог **Проектная деятельность.** Здоровье как главная ценность (вакцинация; помощь больным; показатели состояния здоровья. **Проектная деятельность.** Здоровье как главная ценность (вакцинация; помощь больным; показатели состояния здоровья. Профилактика нарушений деятельности органов кровообращения. Изготовление буклетов

3. Дыхательная система (2 ч)

Правильное дыхание. Горная болезнь. **Л.р.** Влияние холода на частоту дыхательных движений. Гигиена воздуха. Первая помощь при нарушении дыхания

4. Кожа (14 ч)

.Кожа. Воздействие на кожу солнечных лучей. Солнечное голодание. Правила пребывания на солнце. Закаливание. Роль кожи в терморегуляции. Ожог, обморожение. Практикум «Первая помощь при ожогах и обморожениях». Терморегуляция, тепловой и солнечный удар. Практикум «Первая помощь при тепловом и солнечном ударе». В здоровом теле здоровый дух. Секреты русской бани. Ногти- зеркало здоровья. Практическая работа. **Проектная деятельность.** Закаливание и уход за кожей. Некоторые приёмы ухода за своим телом. Поговорим о моде, косметике и гигиене. Профессия: косметолог. Гигиена одежды. Правила личной гигиены. Взаимосвязь чистоты, эстетики и здоровья. Гигиена моего дома. Влажная уборка, дезинфекция, проветривание. Гигиена жилища. Влияние температуры и влажности воздуха в квартире, на жизнедеятельность. Кожные болезни. Профессия: дерматолог. Изготовление буклетов

Раздел V. Заключение (2 ч)

Поле чудес по теме: «Человек». Викторина «Веселая анатомия»

9 класс.

1. Введение (1 ч.)

Взаимосвязь здоровья и образа жизни.

Раздел II . Влияние факторов среды на функционирование систем органов

2.Пищеварительная система (4 ч)

Состав и значение основных компонентов пищи. Экологическое качество продуктов питания. Влияние удобрений на качество сельскохозяйственной продукции. Нитраты. Гиповитаминозы. Питьевой режим. Целебные источники. Целебные воды. Воздействие их на организм. Зависимость вкуса воды от ее химического состава.. Жесткость воды. Способы определения и устранения жесткости воды. Источники снабжения водой местного населения. Загрязнение водоемов. Причины и меры предупреждения. Просмотр фильма. Биологические и химические загрязнители пищи. Пищевые красители, пищевые добавки. **Л.р.** О чем может рассказать упаковка продукта Рациональное питание. Режим питания. Диета. Профессия: диетолог. **Проектная деятельность.** Рациональное питание. Гигиена питания и предупреждение желудочно- кишечных заболеваний. Приятного аппетита! Проблемы питания, модифицированные продукты. Генная инженерия плюсы и минусы. Профессия: генный инженер. Профессия: технолог пищевой

промышленности. Профессия: гидроэколог и специалист по экологическому проектированию.
Изготовление буклетов

2. Нервная система. Высшая нервная деятельность. Эндокринная система (8 ч)

Нервная и эндокринная система. Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Профессии: невролог и эндокринолог. **Л. Р.** Оценка температурного режима помещений. Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей. Утомление, переутомление. Стресс. **Пр. р.** Развитие утомления. Стрессоустойчивость и типы высшей нервной деятельности. Темпераменты. Биоритмы. Биологические часы. Сон, как наиболее эффективный отдых Гигиенический режим дня. Составление режима дня

3. Анализаторы (5 ч)

Зрение. Нарушения функционирования зрительного анализатора. Конференция «береги зрение с молодю». Влияние на организм человека вибраций, шума, электромагнитных и ионизирующих излучений. Профилактика нарушений функционирования органов слуха и равновесия. **Л. Р.** Острота слуха и шум. **Проектная деятельность.** Бережное отношение к здоровью. Формирование организма подростка под действием гормонов гипофиза и щитовидной железы

Раздел V. Репродуктивное здоровье (14 ч)

Половая система. Половые железы. Вторичные половые признаки. Период полового созревания. Половая жизнь. Генетика и будущее человека. Беременность. Факторы риска, влияющие на внутриутробное развитие. Планирование семьи. Семейная жизнь – фактор здорового образа жизни. Нравственная культура человека. Усложнение образа жизни, межличностных отношений и связей. Знай свои гены! Болезни наследственные и врождённые. Правила составления родословных Составление своей родословной. Передача наследственного признака. Заболевания, передающиеся половым путем. Значение ответственного поведения. Методы диагностики болезней. Опасность самолечения. Общеукрепляющее лечение. Биологическое загрязнение среды и здоровье человека Инфекционные и паразитарные заболевания, их причины и профилактика. Химическое загрязнение среды и здоровье человека. Источники и последствия загрязнения атмосферы, почв, вод органическими соединениями, тяжелыми металлами, фреонами и другими веществами. Общественная и личная профилактика болезней.

Раздел IV. Фитотерапия (9 ч)

Употребление целебных напитков растительного происхождения. Растения лечат и калечат. Как сделать так, чтобы растения стали твоими друзьями. Правила сбора и хранения лекарственных растений. Медицина без лекарств. Криотерапия. История культуры потребления чая и кофе. Общие правила употребления чая и кофе. Праздник чая. Антибиотики: мифы или реальность. Аскорбиновая кислота: витамин над витаминами. Медицина без лекарств. Криотерапия.

Раздел V. Здоровье как ценность человека (12ч)

Культура общения людей в семье, в кругу друзей как показатель нравственного здоровья. Энергетические напитки: вред или польза. Производственная среда. Травматизм. Режим труда и отдыха. Профессия и образ жизни. Творческая активность, здоровье, долголетие. Долгожители. Основные источники поступления экотоксикантов. Влияние токсичных металлов на организм (свинец, ртуть, алюминий, кадмий). Производственные яды и их действие. Меры борьбы с профессиональными отравлениями. Виды и причины профессиональных болезней. Профилактика профессиональных болезней. Проблема свободного времени. Туризм и здоровье. Компьютер и здоровье человека. Биоэнергетика в цвете. Цвет и настроение. Погода и самочувствие. Смех как эффективное противоядие от неприятных моментов в жизни.

Раздел VI. Заключение (1 ч)

Викторина : «Человек и его здоровье»

Тематическое планирование

Тема урока	Дата
<p>1. Охрана природы. Предмет и задачи экологии</p> <p>2. Биология охраны природы</p> <p style="padding-left: 40px;">3-4 Оформление стендов «Охрана природы родного края»</p> <p>5. Цивилизация – начало борьбы с природой.</p> <p>6. Экологические проблемы современной цивилизации (свалки, загрязнение океанов, кислотные дожди, озоновые дыры и т. Д.).</p> <p>7. Нарушение человеком механизмов саморегуляции и поддержания равновесия в природе. Опасность глобальной экологической катастрофы.</p> <p>8. Экология человека как научное направление, включающее биологическую, социальную и прикладную составляющие. Классификация экологических факторов: абиотические, биотические, антропогенные.</p> <p>9. Масштабы влияния человека на земную кору. Скупой платит дважды.</p> <p>10. Использование природных богатств.</p> <p>11. Непосильная тяжесть городов. Отходы и свалки.</p> <p>12. Влияние водохранилищ, а также ГЭС и ТЭЦ на экосистему городов и посёлков.</p> <p>13. Глобальное потепление климата, в чём причина и чем это грозит человечеству и всему живому на Земле.</p> <p>14. Проблема роста больших городов и вытеснения ими животных и птиц с места их постоянного обитания.</p> <p>15. Проблема загрязнения Мирового океана, водоёмов, суши и уменьшение пресной воды.</p> <p>16. Проблема уменьшения запасов не возобновимых сырьевых и энергетических ресурсов.</p> <p>17. Атомная энергетика.</p> <p>18. Радиация и человек. Растения, повышающие устойчивость к радионуклидам организма человека.</p> <p>19. Чернобыльские джунгли. Последствия аварии на ЧАЭС.</p> <p>20. Экологическое и технологическое воздействие на биосферу. П/р «Альтернативные источники энергии»</p> <p>21. Современный масштаб деятельности человечества. П/р «Мировая торговля»</p> <p>22. «Зелёные»- чем занимается и что пропагандирует данная организация.</p> <p>23. Человек как биосоциальное существо. Связь природной и социальной среды со здоровьем (физическим, психическим, социальным).</p> <p>24. Этапы и факторы становления человека. Здоровье человека разных эпох.</p> <p>25. Образ жизни человека в разные исторические эпохи.</p> <p>26. Образ жизни. Здоровье.</p> <p>27. Здоровый образ жизни. Пр.р. Оценка состояния здоровья (секундомер)</p> <p>28. История развития представлений о здоровом образе жизни. Этапы развития взаимоотношений человека с природой.</p> <p>29. Характеристика основных адаптивных типов человека. Расы человека: негроидная, европеоидная, монголоидная. Этнография.</p> <p>30. Климат и здоровье. Биометеорология</p> <p>31. Проектная деятельность. История возникновения отдельных экологических проблем. Группы населения и природно – климатические условия. Климат и здоровье</p> <p>32. Экстремальные факторы: перегрузки, невесомость, электрические и магнитные поля, ионизирующая радиация.</p> <p>33. Вредные привычки, пагубные пристрастия: табакокурение, употребление</p>	

<p>алкоголя.</p> <p>34. Наркомания – беда человечества.</p> <p>35. Изготовление буклетов</p> <p>36. Экологические (температура, влажность) факторы и их влияние на развитие человечества. Показатели состояния биосферы. Игра «Человечество и лес»</p> <p>37. Возможности человека и человечества к адаптации. Стихийные бедствия, чрезвычайные ситуации и человечество.</p> <p>38. Опорно- двигательная система. Условия правильного формирования опорно-двигательной системы.</p> <p>39. Двигательная активность. Гиподинамия. Основные категории физических упражнений Л.Р</p> <p>Оценка подготовки организма к занятиям физической культурой.</p> <p>40. Вывих, растяжение, перелом. Практикум «Первая помощь при травмах»</p> <p>41. Формирование навыков активного образа жизни</p> <p>42. Изготовление буклетов</p>	
<p>43. Природные и антропогенные факторы, влияющие на состав крови. Гипоксия. Анемия.</p> <p>44. Изменение клеток иммунной системы. Онкологические заболевания.</p> <p>45. СПИД.</p> <p>46. Аллергия. Профессия: аллерголог</p> <p>47. Условия полноценного развития системы кровообращения. Юношеская гипертония.</p> <p>48.Л.р. Оценка состояния противoinфекционного иммунитета. Врач: иммунолог</p> <p>49. Л.р.Определение стрессоустойчивости сердечнососудистой системы. Врач: кардиолог</p> <p>50.Проектная деятельность. Здоровье как главная ценность (вакцинация; помощь больным; показатели состояния здоровья</p> <p>51. Проектная деятельность. Здоровье как главная ценность (вакцинация; помощь больным; показатели состояния здоровья</p> <p>52. Профилактика нарушений деятельности органов кровообращения.</p> <p>53. Изготовление буклетов</p>	
<p>54. Правильное дыхание. Горная болезнь. Л.р. Влияние холода на частоту дыхательных движений</p> <p>55. Гигиена воздуха. Первая помощь при нарушении дыхания</p>	
<p>56.Кожа. Воздействие на кожу солнечных лучей. Солнечное голодание.</p> <p>57. Правила пребывания на солнце. Закаливание.</p> <p>58. Роль кожи в терморегуляции</p> <p>59. Ожог, обморожение. Практикум «Первая помощь при ожогах и обморожениях»</p> <p>60. Терморегуляция, тепловой и солнечный удар. Практикум «Первая помощь при тепловом и солнечном ударе»</p> <p>61. В здоровом теле здоровый дух. Секреты русской бани.</p> <p>62. Ногти- зеркало здоровья. Практическая работа</p> <p>63. Проектная деятельность. Закаливание и уход за кожей</p> <p>64. Некоторые приёмы ухода за своим телом. Поговорим о моде, косметике и гигиене. Профессия: косметолог</p> <p>65. Гигиена одежды</p> <p>66. Правила личной гигиены. Взаимосвязь чистоты, эстетики и здоровья.</p> <p>67. Гигиена моего дома. Влажная уборка, дезинфекция, проветривание. Влияние температуры и влажности воздуха в квартире, на жизнедеятельность</p> <p>68. Кожные болезни. Профессия: дерматолог</p> <p>69. Изготовление буклетов</p> <p>Заключение (2ч)</p>	

<p>70. Поле чудес по теме: «Человек».</p> <p>71. Викторина «Веселая анатомия»</p>	
<p style="text-align: center;">9 класс</p> <p>1. Введение (1ч) Пищеварительная система (20 ч)</p> <p>2. Состав и значение основных компонентов пищи.</p> <p>3. Экологическое качество продуктов питания.</p> <p>4. Влияние удобрений на качество сельскохозяйственной продукции. Нитраты.</p> <p>5. Гиповитаминозы. Питьевой режим.</p> <p>6. Целебные источники. Целебные воды. Воздействие их на организм.</p> <p>7. Зависимость вкуса воды от ее химического состава.. Жесткость воды. Способы определения и устранения жесткости воды.</p> <p>8. Источники снабжения водой местного населения.</p> <p>9. Загрязнение водоемов. Причины и меры предупреждения. Просмотр фильма</p> <p>10. Биологические и химические загрязнители пищи. Пищевые красители, пищевые добавки.</p> <p>11. Л.р. О чем может рассказать упаковка продукта</p> <p>12. Рациональное питание. Режим питания.</p> <p>13. Диета. Профессия: диетолог</p> <p>14. Проектная деятельность. Рациональное питание.</p> <p>15. Гигиена питания и предупреждение желудочно- кишечных заболеваний</p> <p>16. Приятного аппетита! Проблемы питания, модифицированные продукты.</p> <p>17. Генная инженерия плюсы и минусы.</p> <p>18. Профессия: генный инженер</p> <p>19. Профессия: технолог пищевой промышленности</p> <p>20. Профессия: гидроэколог и специалист по экологическому проектированию</p> <p>21. Изготовление буклетов</p>	
<p>22. Nervная и эндокринная система.</p> <p>23. Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы. Профессии: невролог и эндокринолог</p> <p>24. Л. Р. Оценка температурного режима помещений. Оценка суточных изменений некоторых физиологических показателей.</p> <p>25. Утомление, переутомление. Стресс. Пр. р. Развитие утомления.</p> <p>26. Стрессоустойчивость и типы высшей нервной деятельности. Темпераменты.</p> <p>27. Биоритмы. Биологические часы.</p> <p>28. Сон, как наиболее эффективный отдых</p> <p>29. Гигиенический режим дня. Составление режима дня</p>	
<p>30. Зрение. Нарушения функционирования зрительного анализатора.</p> <p>31. Конференция «береги зрение с молодю»</p> <p>32. Влияние на организм человека вибраций, шума, электромагнитных и ионизирующих излучений</p> <p>33. Профилактика нарушений функционирования органов слуха и равновесия. Л. Р. Острота слуха и шум.</p> <p>34. Проектная деятельность. Бережное отношение к здоровью. Формирование организма подростка под действием гормонов гипофиза и щитовидной железы</p>	
<p>35. Половая система. Половые железы. Вторичные половые признаки. Период полового созревания. Половая жизнь.</p> <p>36. Генетика и будущее человека.</p> <p>37. Беременность. Факторы риска, влияющие на внутриутробное развитие. Планирование семьи. Семейная жизнь – фактор здорового образа жизни.</p> <p>38. Нравственная культура человека. Усложнение образа жизни,</p>	

межличностных отношений и связей.

39. Знай свои гены! Болезни наследственные и врождённые.
40. Правила составления родословных
41. Составление своей родословной. Передача наследственного признака
42. Заболевания, передающиеся половым путем.
43. Значение ответственного поведения.
44. Методы диагностики болезней.
45. Опасность самолечения. Общеукрепляющее лечение.
46. Биологическое загрязнение среды и здоровье человека Инфекционные и паразитарные заболевания, их причины и профилактика
47. Химическое загрязнение среды и здоровье человека. Источники и последствия загрязнения атмосферы, почв, вод органическими соединениями, тяжелыми металлами, фреонами и другими веществами.
48. Общественная и личная профилактика болезней.
49. Употребление целебных напитков растительного происхождения.
50. Растения лечат и калечат. Как сделать так, чтобы растения стали твоими друзьями.
51. Правила сбора и хранения лекарственных растений
52. Медицина без лекарств. Криотерапия.
53. История культуры потребления чая и кофе. Общие правила употребления чая и кофе.
54. Праздник чая.
55. Антибиотики: мифы или реальность.
56. Аскорбиновая кислота: витамин над витаминами
57. Медицина без лекарств. Криотерапия.
58. Потребности человека и взаимодействие людей друг с другом. **Пр** «Я в классе – я в мире»
59. Энергетические напитки: вред или польза
60. Производственная среда. Травматизм. Режим труда и отдыха.
61. Профессия и образ жизни. Творческая активность, здоровье, долголетие. Долгожители.
62. Основные источники поступления экотоксикантов. Влияние токсичных металлов на организм (свинец, ртуть, алюминий, кадмий)
63. Производственные яды и их действие. Меры борьбы с профессиональными отравлениями.
64. Виды и причины профессиональных болезней. Профилактика профессиональных болезней
65. Проблема свободного времени. Туризм и здоровье.
66. Компьютер и здоровье человека.
67. Биоэнергетика в цвете. Цвет и настроение.
68. Погода и самочувствие
69. Смех как эффективное противоядие от неприятных моментов в жизни.
70. Викторина : «Человек и его здоровье»

Пропиновано и скреплено
печатью

№ 1 детское / место

Директор Муниципального

бюджетного

образовательного учреждения

«Школа № 29»

Т.А. Нестерова

09 2011г.



КОПИЯ ВЕРНА
Директор МБОУ «Школа № 29»
Т.А. Нестерова