

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела	Количество часов		Форма организации занятий	Форма аттестации, диагностики, контроля
		Всего	Теория Практика		
1	Раздел 1 «Введение. Экология человека и его здоровье»				
1.1	Что такое «экология человека».	1	1	Тестирование	Входной контроль знаний — тестирование «Введение в экологию человека»
2	Раздел 2 «Организм человека»				
2.1	Скелет и мышцы.	1	1	Лекция	
2.2	Определение функционального развития опорно-двигательной системы.	1	1	Практическая работа №1 «Определение функционального развития опорно-двигательной системы»	
2.3	Мой портфель.	1	1	Практическая работа №2 «Мой портфель».	
2.4	Кровь. Факторы, влияющие на ее состав.	1	1	Лекция	
2.5	Оценка состояния здоровья по функциональным пробам.	1	1	Практическая работа №3 «Оценка состояния здоровья по функциональным пробам».	

2.6	Профилактика нарушений деятельности сердечно-сосудистой системы.	1	1	1	Лекция	
2.7	Иммунитет и здоровье.	1	1	1	Лекция	
2.8	Оценка состояния противоинфекционного иммунитета.	1	1	1	Практическая работа №4 «Оценка состояния противоинфекционного иммунитета».	
2.9	Правильное дыхание.	1	1	1	Лекция	
2.10	Проба Штанге.	1	1	1	Практическая работа №5 «Проба Штанге».	
2.11	Влияние холода на частоту дыхания.	1	1	1	Практическая работа №6 «Влияние холода на частоту дыхания».	
2.12	Кожа, ее значение.	1	1	1	Лекция, тестирование	Промежуточное тестирование «Системы органов человека: опорно-двигательная, кровеносная, дыхательная»
2.13	Свойства кожи.	1	1	1	Практическая работа №7 «Свойства кожи».	
2.14	Орган слуха и равновесия.	1	1	1	Лекция, устный опрос	
2.15	Воздействие шума на остроту слуха.	1	1	1	Практическая работа №8 «Воздействие шума на остроту слуха».	

2.16	Глаза. Профилактика нарушения зрения.	1	1	1	Лекция	
2.17	Иллюзии.	1		1	Практическая работа №9 «Иллюзии»	
2.18	Внимание и память.	1		1	Практическая работа №10 «Внимание и память».	
3	Раздел 3 «Анализ состояния моего организма»					
3.1	Стресс как негативный фактор.	2	1	1	Лекция, анкетирование	
3.2	Разработка паспорта здоровья. Защита паспорта своего здоровья.	2		2	Практическое занятие	Защита паспорта здоровья.
3.3	Итоговое занятие.	1		1	Тестирование	Итоговый тестовый контроль знаний «Экология здоровья»
Итого		24	9	15		