

№ 1 «21» 08 2022 жыл.
Пед. кеңесте каралды.



Бекетсізін: С.Т.Қойайдаров
Мектеп директоры:



Келісемін: Меруенов
Ойыл а.з.ж.н. білім-денісін қамсызшысы,
«S» мектебінің мұғалімі № хаттама

Тақырыбы:

Адам және экология
(элективті)

Сыныбы: 11

Пайдаланушы: Уразбекова Ж.С.
Биология пәнінің мұғалімі

Ә/Б отырысында каралды: [Signature]
(Ә/Б жетекшісі)

№ 1 хаттама 27 күні 08 айы 2022 жыл

Тексерілді: [Signature] Даригаева Г.С.
оқу ісінің орынбасары

Түсінік хат

Қазіргі кездегі мектептерді дамыту бағыттарының бірі- білімді саралау болып табылады. Ол пәнді тереңдетіп оқытуға, арнайы және бағдарды сыныптарды оқытуға негізделген. Базалық деңгейдегі оқу материалдарының мазмұнына болашақ ұрпақтың адам денсаулығын сауықтыруға ықпал ететін маңызды білім мен біліктіліктер енгізілген. Оқушылардың жеке бас гигиенасына, денсаулығын күтуге көп көңіл бөлінген.

Бағдарлы білім беру бағдарламасы оқушылардың бойында біртұтас дүниетанымдық ұстанымды дамытуға бағытталған, сондай-ақ оқушылардың жоғары деңгейдегі жалпы мәдениетті және өз бетінше және кәсіби бағытын анықтайтын білім, дағды жүйелерін меңгеруге талпыныс жасауын қолдайды.

«Қазақстан – 2050» мемлекеттік даму бағдарламасының ұзақ мерзімді стратегиясының негізгі бағыттарының бірі «Азаматтардың денсаулығын, білімін және тұрмысын жақсарту».

Салауатты өмір салтына ынталандыру, ана мен баланы қорғау, нашакорлықпен және есірткі саудасымен күресу, темекі мен ішімдік тұтынудың алдын алу, тағамның сапасын жақсарту, қоршаған ортаның және экологиялық тазалығын сақтау.

Жас ұрпақтың салауатты өмір салтын және экологиялық құзыреттілігін қалыптастыруда білім беру жүйесінің рөлі ерекше.

Бүгінгі таңда білім беру саласын жеке тұлғаны дамытуға бағыттау, оқыту мазмұнының құрылымына жанаша қарауды талап етеді. Қазіргі кезде білім берудің жаңа парадигмасының негізгі сипаты, оның фундаментальдығы, біртұтастығы, жеке тұлғаның мұқтажын қанағаттандыруға бағытталуы. Нәтижеге бағытталған білім беру жүйесінің сапалық критерийі ретінде білім алушылардың құзыреттілігі қарастырылады.

Адамдарда кездесетін кейбір патологиялық аурулардың таралуына экологиялық факторлар әсер ететіні анықталған. Мысалы, жүйке, қан айналым жүйесінің, аскорыту мүшелерінің паталогиясына ішетін су сапасының төмендігі, атмосфераның ауыр металдар мен мұнай өнімдері буымен ластану едәуір әсер ететіні анықталды. Қатерлі ісік ауруларының 75-80 % -ы химиялық заттардың әсерінен пайда болады. Аяқ қолдардың дамуы тежелген, мүшелері жетілмеген сәбилердің туылуы, өлі туу мен төтенше іш тастауды жиілігі қоршаған ортаның радиациялық және химиялық ластануымен және дәрілік препараттарды көп қолданумен байланысты. Олай болса, халықтың денсаулығына экологиялық қауіп-қатерді азайту үшін қоршаған ортаны тазарту бағытындағы нақты істерге шындап кірісу қажет.

Осы аталған экологиялық мәселелерді жаратылыстану пәндерінің оқушылардың экологиялық құзіреттілігін қалыптастыруда маңызы зор.

Білім алушылардың «қоғам–табиғат-адам» жүйесінің диалектикалық байланысын түсінуіне негізделген ғылыми көзқарастар мен сенімдерін қалыптастыруға, табиғат пен қоғамның тұрақты дамуына, қоршаған ортаны қорғауға, салауаттылық өмір салтын қалыптастыруға, интеллектуалдық және практикалық дағдылар жүйесін жетілдіруге бағытталған экологиялық құзыреттілік күтілетін нәтижелер жүйесінде түйінді құзыреттіліктер қатарында орын алуы тиіс.

«Адам және экология» тақырыбына арналған жоспар Әбшенова Л.Ү., Заирова Б, мұғалімдерге арналған әдістемелік құралын басшылыққа ала отырып жоспар құрылды.

Адам және экология - 36 сағат.

11 сыныптарда аптасына 1 сағаттан, жылына 36 сағат мөлшерде жасалған. Бағдарлама ІҮ негізгі тараудан тұрады.

Курстың мақсаты: Адам денсаулығын сауықтыру туралы көптеген ақпараттар алуға қолайлы орта жасау.

Курстың міндеттері:

1. Адам денсаулығын сауықтырудағы әсері туралы алған білімдерін бөлісуге қолайлы орта жасау;
2. Оқушылардың өз беттерінше білім алу қабілеттерін дамыту;
3. Өз беттерінше денсаулықтарын сақтауға тәрбиелеу.

І. Мазмұндық бөлім Салауатты өмір салтына ынталандыру, ана мен баланы қорғау, тарауда денсаулық-зор байлық демекші, өз денсаулығын кутуді, қалай дұрыс тамақтану керектігі, тиімді тамақтану не үшін қажет екендігі туралы айтылады. нашақорлықпен және есірткіге қарсы күресу, темекі мен ішімдік тұтынудың алдын алу, тағамның сапасын жақсарту, қоршаған ортаның және экологиялық тазалығын сақтау.

Бұл курс оқушылардың зерттеу әдістерін қолдана отырып, шығармашылық қабілеттерін дамытады. Зерттеу жұмыстары оқушылардың халықтың тұрмысын және шаруашылығын жеке түрде бақылауы арқылы жүргізіледі. Ол оқушының мектеп өмірінен тыс қоршаған орта туралы ой-өрісінің дамуына, байқағыштық қасиетін нығайтуға және өмірде кез-келген істі ойланып барып орындауына себеп болады.

Осы курсты оқу арқылы негізгі тақырып бойынша түсінік алып қоймай, әртүрлі ақпарат көздері арқылы (қосымша әдебиеттер, статистикалық мәліметтер, картографиялық материалдар т.б.) білім алады.

Осы курсты оқу барысында оқушыда қоршаған орта туралы жүйелі түрде алынған білімі бойынша табиғат ерекшеліктері туралы, экономикалық, мәдени және басқа да жағдайда әр қырынан тани біліп, күрделі бір әлемді тану ретінде білімін қалыптастырады.

Оқушы игеретін құзыреттіліктер: *Проблеманың шешімін табу құзыреттілігі:*

- өз әрекетіне мақсат қоя білуге, оны жүзеге асыруға, қажетті жағдайда анықтауға;
- өзі тұжырым жасауға, қойылған міндетті орындауға мүмкіндік береді.

- өзі тұжырым жасауға, қойылған міндетті орындауға мүмкіндік береді.

Ақпараттық құзыреттілік:

- ақпаратты өз бетімен табуға, талдауға, өңдеуге, сақтауға;
- интерпретациялауға, қазіргі ақпараттық коммуникативтік технологияның көмегімен жеткізуді жүзеге асыруға көмектеседі.

Коммуникативтік құзыреттілік:

- байланыстырып сөйлеуге машықтанады;
- ауызша және жазбаша қарым-қатынас жасауда сөйлей білуге және тыңдай білуге, зерттеу жұмысын жүргізуге бағыттайды;
- өзіндік пікір, идеялар, тұжырым, түсінік келтіру, оларды дәлелдей және қорғай білу дағдысын қалыптастырады.

Оқушылар жасай білуі тиіс:

- қоршаған ортаның өзіндік ерекшелігін ұғынып ауызша, жазбаша дұрыс талдай білуі;
- түрлі тапсырмаларды орындай алу дағдысының қалыптасуы;
- тірек сызбаны сызып, талдай алуы;
- шығармашылықпен жұмыс жасау, іздену, зерттеуі.

Күтілетін нәтиже:

- Салауатты өмір салтына ынталандырады;
- ана мен баланы қорғауға үйретеді;
- өз денсаулығын кутуді;
- қалай дұрыс тамақтану керектігін қалыптастырады;
- тиімді тамақтану не үшін қажет екендігін зерттейді;
- нашақорлықпен және есірткіге қарсы күресу, темекі мен ішімдік тұтынудың алдын алу жолдарын қарастырады;
- тағамның сапасын жақсартудың сырын ашады;
- оқушыларда қоршаған ортаны бақылай алу білігі қалыптасып, оларды күнделікті өмірде дұрыс қолдана алу, қажетіне қарай жүзеге асыру машығы қалыптасып, қабілеті дамиды;
- қазіргі заманғы ақпараттық технологияларды, білім беру ресурстарын, мұрағат деректерін қолдана білу, алынған ақпаратқа презентация жасайды.

Бағдарлама мазмұны

Адам және экология - 36 сағат.

11 сынып, аптасына-1 сағат, барлығы-34 сағат.

Бағдарлама ІҮ тараудан 36 сағатқа арналып жасалынған.

Кіріспе (1 сағат).

Адамның шығу тарихы. Кіріспеде адамзаттың шығуы туралы ғалымдардың пікірлері, көзқарастары жайлы айтылады.

I тарау Дұрыс тамақтануды қалыптастыру дағдылары (5 сағат).

Денсаулықты жақсатуда дұрыс тамақтанудың маңызы. Тиімді тамақтанудың он екі ұстанымы. Емдік тағамдар. Емдік ашығу. Ағзадағы су теңгерімі.

Мақсаты: денсаулықты сақтау және жақсартудағы дұрыс тамақтанудың рөлі туралы оқушылардың білімін дамыту, тиімді тамақтану дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері: 1. Тамақ өнімдерінің сапасы мен оның адам денсаулығына әсері туралы оқушылардың білімін жетілдіу.

2. Тамақтанудың гигиеналық ережелерін сақтаудың маңызы туралы оқушылардың көзқарасын және дағдыларын қалыптастыру.

II тарау Қоршаған ортаның адам денсаулығына әсері (18 сағат).

Қоршаған ортаның физикалық факторлардың адам денсаулығына әсері. Ядролық қаруды қолданудың әсері. Адам ағзасына жоғары, төмен барометрлік қысымдардың әсері. Адам ағзасына дірілдің әсері. Салмақсыздық. Адам ағзасына қоршаған ортаның химиялық және биологиялық факторлардың адам денсаулығына әсері. Ауа ластанудың адам денсаулығына әсері. Көлікпен ластану. Жер беті суларының ластануы және оның салдары. Топырақтың ластануы және оның салдары. Қоршаған ауыр металдардың адам ағзасына әсері. Микотоксиндер. Азық өнімдерінің ыдыстан және ораған материалдардан, инвентардан, жабдықтаудан ауысатын қоспалармен ластануы. Берік органикалық ластанушылар. Экологиялық жағдайлардың жергілікті тұрғындардың денсаулығына зиянды әсері. Алкогольдің ағзаға жағымсыз әсері. Онкологиялық аурулардың алдын алу. Ойын карточкалары «Адам өмірінің ұзақтығы».

Мақсаты: Адам ағзасының қоршаған ортаның экстремал жағдайларына бейімделу механизмдері туралы оқушылардың түсінігін қалыптастыру.

Міндеттері: 1. Адам ағзасына қоршаған орта факторларының әсері туралы түсінікті дамыту.
2. Экстремалдық жағдайларда осындай аурулардан сақтандыру дағдыларын қалыптастыру.

III тарау Сауықтырудың дәстүрлі емес әдістері (6 сағат).

Фитотерапия. Ароматерапия. Апитерапия. Аюрведа. Рефлексотерапия. Йога.

Мақсаты: фитотерапия, ароматерапия, апитерапия әдістері туралы ұғымдар қалыптастыру; табиғи заттардың көмегімен түрлі аурулардың алдын алу дағдыларын үйрету.

Міндеттері: 1. Дәрілік өсімдіктер, бал арасы, өнімдері арқылы сауықтырудың дәстүрлі емес әдістері туралы оқушылардың білімін дамыту.

2. Алған білімдері негізінде ағзаны сақтау, қалпына келтіру және сауықтыру дағдыларын қалыптастыру.

IV тарау Төтенше жағдайлар кезінде қауіпсіздік дағдылары (6 сағат).

Техногендік төтенше жағдайлар, олардың жіктелуі. Өндірістік апаттар мен зілзалалар. Өрт және жарылыстар. Күшті әсерлі улы заттар бөле жүретін апаттар. Радиобелсенді заттар бөле жүретін апаттар.

Мақсаты: Техногендік сипаттағы төтенше жағдайлардың себептері, олардың алдын алу мүмкіндіктері туралы білім беру, қауіпсіз мінез – құлық дағдыларын қалыптастыру.

Міндеттері: 1. Техногендік сипаттағы төтенше жағдайлар, олардың жіктелуі, алдын алу шаралары туралы ұғым қалыптастыру.

2. Өндірістік апаттар, зілзалалардың шығу себептері мен алдын алу мүмкіндіктері туралы ұғым қалыптастыру.

«АДАМ ДЕНСАУЛЫҒЫ ЖӘНЕ ЭКОЛОГИЯ» (факультатив)
11 сынып, аптасына 1 сағаттан, барлығы 36 сағат

№	Тақырыптың атауы	Сағат саны	Мерзімі
	Кіріспе (1 сағат)		
1	Адамның шығу тарихы	1	7.09.2022
	I бөлім. Дұрыс тамақтануды қалыптастыру дағдылары (5 сағат)		
2	Денсаулықты жақсатуда дұрыс тамақтанудың маңызы	1	14.09
3	Тиімді тамақтанудың он екі ұстанымы	1	21.09
4	Емдік тағамдар	1	28.09
5	Емдік ашығу	1	05.10
6	Ағзадағы су теңгерімі	1	12.10
	II бөлім. Қоршаған ортаның адам денсаулығына әсері (18 сағат)		
7	Қоршаған ортаның физикалық факторлардың адам денсаулығына әсері	1	19.10
8	Ядролық қаруды қолданудың әсері	1	26.10
9	Адам ағзасына жоғары, төмен барометрлік қысымдардың әсері	1	03.11
10	Адам ағзасына дірілдің әсері	1	16.11
11	Салмақсыздық	1	23.11
12	Адам ағзасына қоршаған ортаның химиялық және биологиялық факторлардың адам денсаулығына әсері	1	30.11
13	Ауа ластанудың адам денсаулығына әсері	1	07.12
14	Көлікпен ластану	1	14.12
15	Жер беті суларының ластануы және оның салдары	1	21.12
16	Топырақтың ластануы және оның салдары	1	28.12
17	Қоршаған ортадағы ауыр металдардың адам ағзасына әсері	1	11.01.2023
18	Микотоксиндер	1	18.01
19	Азық өнімдерінің ыдыстан және ораған материалдардан, инвентардан, жабдықтаудан ауысатын қоспалармен ластануы	1	25.01

20	Берік органикалық ластаушылар	1	01.02
21	Экологиялық жағдайлардың жергілікті тұрғындардың денсаулығына зиянды әсері	1	08.02
22	Алкогольдің ағзаға жағымсыз әсері	1	15.02
23	Онкологиялық аурулардың алдын алу	1	22.02
24	Ойын карточкалары «Адам өмірінің ұзақтығы»	1	01.03
III бөлім. Сауықтырудың дәстүрлі емес әдістері (6 сағат)			
25	Фитотерапия	1	08.03
26	Ароматерапия	1	15.03
27	Апитерапия	1	29.03
28	Аюрведа	1	05.04
29	Рефлексотерапия	1	12.04
30	Йога	1	19.04
IV бөлім. Төтенше жағдайлар кезінде қауіпсіздік дағдылары (4 сағат)			
31	Техногендік төтенше жағдайлар, олардың жіктелуі.	1	26.04
32	Өндірістік апаттар мен зілзалалар	1	03.05
33	Өрт және жарылыстар	1	10.05
34	Күшті әсерлі улы заттар бөле жүретін апаттар	1	17.05
35	Радиобелсенді заттар бөле жүретін апаттар	1	24.05
36	Қорытынды сабақ	1	31.05

Пайдаланылган әдебиеттер тізімі:

Мұғалімге:

1. Адам экологиясы, денсаулығы және өмірлік дағдылары. Әбшенова Л.Ү., Заирова Б.
2. Биология және салауаттылық негізі. 2009ж. №2 71-бет.
3. Биология және салауаттылық негізі. 2009ж. №5 65,73-беттер.
4. Экология оқулығы. Ә.Бейсенова, Ж. Шілдебаев.
5. Мектепшілік экология негіздері. К.Ж.Бұзаубаев, В.М.Чубко, В.Д.Рахимбекова, М.А.Дүйсебаева, А.О.Сарсенбаева.
6. Экология ел тағдыры. Ә.С. Бейсенова

Оқушыларға:

1. Гигиена и экология человека/Под ред. Матвеевой Н.А. - М: Изд. Центр "Академия", 2005.
2. Т.Т. Ракишева, Әбшенова Л., Заирова Б. « Адам экологиясы»
3. Энциклопедический справочник медицины и здоровья. - М., 2004.
4. Прохоров Б.Б. Экология человека. Социально-демографические аспекты. – М.: 1991.
5. Ғаламтор.