Адам экологиясы

Қолданбалы курс

01.09.2014

«М.Ғабдуллин атындағы жалпы орта мектебі» коммуналдық мемлекеттік мекемесі

Аширова Гульжанат Турсинбековна

**Қолданбалы курс**

**Адам экологиясы**

**Түсінік хат**

Бүгінгі таңда білім беру саласын жеке тұлғаны дамытуға бағыттау,оқыту мазмұнының құрылымына жаңаша қарауды талап етеді.Күтілетін нәтижеге бағытталған жаңа білім беру жүйесі білім мазмұнын меңгеру үрдісінде оқушылардың құзыреттіліктері мен өмірлік дағдыларының қалыптасуын,оларды әлеуметтендіруді қамтамассыз етеді.

Соңғы жылдары Қазақстандағы демографиялық көрсеткіштер төмендеді,бала туу мен халықтың табиғи өсімі азайды,өлім мен аурушаңдық артты.Бүкіләлемдік денсаулық сақтау ұйымының анықтауы бойынша денсаулықты нығайту-бұл тәндік,зерделік және әлеуметтік жағдайды жақсарту арқылы жаңғырту процестерін жүзеге асыру.Жас ұрпақтың салауатты өмір салтын және экологиялық құзыреттілігін қалыптастыруда қолданбалы курс маңызды роль атқарады.

Қолданбалы курс 34 сағатқа негізделген.

**Курс мақсаты**:

Салауатты өмір салтын ынталандыру,ана мен баланы қорғау,нашақорлық пен темекі және ішімдік тұтынудың алдын алу,тағамның сапасын жақсарту,экологиялық мәдениеті мен құзыреттіліктерін қалыптастыру.

Соңғы он жылдықтықтарда техногенді сипаттағы зиянды заттармен биосфераның ластануы байқалады.Тірі организмдер мен адам денсаулығына ең қауіптілеріне ксенобиотиктер-радионуклеотидтер,ауыр металдар қосылыстары,органикалық қосылыстар – ДДТ,инсектоцидтер,гербицидтер,пестицидтер,дәрілік және косметикалық заттар,күкірт пен көміртегінің диоксидтері,нитраттар,нитриттер,тағамдық зиянды қоспалар және т.б.

Білім алушылардың экологиялық құзыреттілігін нәтижелі қалыптастыру, оқу-танымдық үрдісін құзыреттілік тұрғыдан ұйымдастыру курстың басты мақсаты болып табылады.

**Курстың маңыздылығы**

Елбасымыз Н.Ә.Назарбаев өзінің барлық Жолдауларында мемлекеттің мықты болуы білім мен ғылымды дамытуға байланысты екенін айтып келеді. Осы жолы да: «ХХІ ғасырдағы дамыған ел дегеніміз белсенді, білімді және денсаулығы мықты азаматтар. Бұл үшін біз не істеуіміз керек? Біріншіден, барлық дамыған елдердің сапалы бірегей білім беру жүйесі бар. Ұлттық білім берудің барлық буынының сапасын жақсартуда бізді ауқымды жұмыс күтіп тұр,» деген еді [1].Курсты меңгерту барысында оқушылардың теориялық білімдерін практикада сынауға мүмкіншілік беріліп, іскерлік, ізденгіштік, еңбексүйгіш қасиеттері қалыптасады,оқушылардың танымдық және интеллектуалдық қабілеттерін дамытады,оқушының жеке қызығу мүмкіндіктерін ашады.

**Курс міндеттері:**

1. Оқушылардың экологиялық құзыреттілігін қалыптастыруда таным белсенділіктерін арттыру;
2. Экологиялық білім саласындағы теория мен практиканы ұштастыру;
3. Оқушылардың бірнеше бағыттағы –интеллектуалдық, адамгершілік, эстетикалық, экономикалық,экологиялық т.б білімінің,біліктілігінің,көзқарастарының интеграцияланған жүйесі ретінде қарастырылатын жеке тұлғалық көзқарастары мен құндылықтар арасында өзара байланыс;
4. Концептуалды ойлау қабілеттерін дамыту;

**Оқу үдерісін ұйымдастыру**

Курсқа қызығушылықтарын арттыру;диалогтік әдіс-зертеушілік әңгіме т.б

Топтық жұмыстар, ұжымдық әрекеттер арқылы ,яғни үйрену мен үйрету тек өзара белсенді әрекеттерге негізделген қарым-қатынас арқылы жүзеге асырылады.

Бағалауда қалыптастырушы бағалауды қолдану

**Күтілетін нәтижелер:**

1. Сабақта алған білімдерін күнделікті өмірде қолдана біледі.
2. Танымдық қабілеттері дамиды.
3. Экологиялық мәдениеттері мен құзыреттіліктері қалыптасады.
4. Қоршаған ортаға сауатты қарым-қатынас жасау дағдыларын үйренеді

**Бағдарлама мазмұны**

**І. Қоршаған ортаның физикалық факторларының адам денсаулығына әсері. 8 сағат**

Адам ағзасына физикалық факторлардың әсері.Инфрақызыл және ультракүлгін сәулелердің әсері.Электромагниттік сәулелер.Ядролық қаруды қолданудың әсері.Ағзаның жылу реттелуіне ауаның физикалық қасиеттерінің кешенді ықпалы.

Ағзаның метеотропты реакциясы.Адам ағзасына қысымның әсері.Дыбыстың адам ағзасына әсері.

**ІІ. Қоршаған ортаның химиялық факторларының адам денсаулығына әсері. 12 сағат.**

Ауа ластануының адам денсаулығына әсері.Көлікпен ластану.Су көздерінің химиялық ластануы.Топырақтың ластануының адамға әсері.Канцерогенді заттар.Микотоксиндер.Тыңайтқыштардан қоректену өнімдеріне түсетін компоненттер. Азық-түліктегі пестицид қалдықтары.Азық өнімдерінің ыдыстан,ораған материалдардан,инвентардан, жабдықтаудан ауысатын қоспалармен ластануы.Берік органикалық қосылыстар. Диоксиндер. Алкогольдің ағзаға әсері. Онкологиялық аурулардың алдын алу.

**ІІІ. Дұрыс тамақтануды қалыптастыру дағдылары. 8 сағат**

Денсаулықты жақсартуда дұрыс тамақтанудың маңызы.Тағам сапасы мен денсаулық.Тиімді тамақтанудың 12 ұстанымы.Емдік тағамдар.Емдік ашығу.Ағзадағы су теңгерімі.Судың сапасының ағзаға әсері.Адамның денсаулығын сақтауда кальций мен микроэлементтердің маңызы.Тағамдық қоспалардың зиянды әсері

**IV. Сауықтырудың дәстүрлі емес әдістері. 5 сағат**

Фитотерапия.Аромотерапия.Апитерапия.Ағзаны сауықтырудың және рухани байытудың шығыстық әдістері.Рефлексотерапия.

**V. Қорытынды. 1 сағат**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Сабақтың тақырыбы** | **сағат** | **мерзімі** |
|  | **І. Қоршаған ортаның физикалық факторларының адам денсаулығына әсері.** | **8** |  |
| 1 | Адам ағзасына физикалық факторлардың әсері. | 1 |  |
| 2 | Инфрақызыл және ультракүлгін сәулелердің әсері. | 1 |  |
| 3 | Электромагниттік сәулелер | 1 |  |
| 4 | Ядролық қаруды қолданудың әсері. | 1 |  |
| 5 | Ағзаның жылу реттелуіне ауаның физикалық қасиеттерінің кешенді ықпалы. | 1 |  |
| 6 | Ағзаның метеотропты реакциясы | 1 |  |
| 7 | Адам ағзасына қысымның әсері. | 1 |  |
| 8 | Дыбыстың адам ағзасына әсері. | 1 |  |
|  | **ІІ. Қоршаған ортаның химиялық факторларының адам денсаулығына әсері.** | **12** |  |
| 9 | Ауа ластануының адам денсаулығына әсері | 1 |  |
| 10 | Көлікпен ластану | 1 |  |
| 11 | Су көздерінің химиялық ластануы. | 1 |  |
| 12 | Топырақтың ластануының адамға әсері | 1 |  |
| 13 | Канцерогенді заттар. | 1 |  |
| 14 | Микотоксиндер. | 1 |  |
| 15 | Тыңайтқыштардан қоректену өнімдеріне түсетін компоненттер. | 1 |  |
| 16 | Азық-түліктегі пестицид қалдықтары | 1 |  |
| 17 | Азық өнімдерінің ыдыстан,ораған материалдардан,инвентардан,жабдықтаудан ауысатын қоспалармен ластануы | 1 |  |
| 18 | Диоксиндер. | 1 |  |
| 19 | Алкогольдің ағзаға әсері | 1 |  |
| 20 | Онкологиялық аурулардың алдын алу. | 1 |  |
|  | **ІІІ.Дұрыс тамақтануды қалыптастыру дағдылары.** | **8** |  |
| 21 | Денсаулықты жақсартуда дұрыс тамақтанудың маңызы. | 1 |  |
| 22 | Тағам сапасы мен денсаулық. | 1 |  |
| 23 | Тиімді тамақтанудың 12 ұстанымы | 1 |  |
| 24 | Емдік тағамдар | 1 |  |
| 25 | Емдік ашығу. | 1 |  |
| 26 | Ағзадағы су теңгерімі.Судың сапасының ағзаға әсері. | 1 |  |
| 27 | Адамның денсаулығын сақтауда кальций мен микроэлементтердің маңызы | 1 |  |
| 28 | Тағамдық қоспалардың зиянды әсері | 1 |  |
|  | **IV.Сауықтырудың дәстүрлі емес әдістері.** | **5** |  |
| 29 | Фитотерапия | 1 |  |
| 30 | Аромотерапия | 1 |  |
| 31 | Апитерапия. | 1 |  |
| 32 | Ағзаны сауықтырудың және рухани байытудың шығыстық әдістері. | 1 |  |
| 33 | Рефлексотерапия. | 1 |  |
| 34 | **V.Қорытынды.** | **1** |  |

**Қолданылған әдебиеттер**

1. «Мәңгілік ел» идеясы білімнің арқасында жүзеге асады» Н.Жәрімбетова. «Егемен Қазақстан» газеті», 8 ақпан 2014жыл;
2. Абшенова Л.У.,Аимбетова Г.Е.,Хобина Н.В. Здоровье и жизненные навыки:Методическое пособие для учителей.Алматы,2007
3. Әбшенова Л.Ү,Заирова Б. Адам экологиясы, денсаулығы және өмірлік дағдылары:мұғалімдерге арналған әдістемелік құрал
4. Әлімов А. Интербелсенді әдістемені ЖОО-да қолдану мәселелері. Оқу құралы.Алматы-2013