



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВО «ИРКУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

Кафедра естественнонаучных дисциплин



УТВЕРЖДАЮ

А. В. Семиров

10 апреля 2025 г.

Рабочая программа дисциплины (модуля)

Наименование дисциплины (модуля)	Б1.В.11 Экология человека
Направление подготовки	44.03.05. Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Направленность (профиль) подготовки	Технология-Экология
Квалификация (степень) выпускника	Бакалавр
Форма обучения	Очная

Согласована с УМС ПИ ИГУ:

Протокол № 3 от 27 марта 2025 г.

Председатель _____ М.С. Павлова

Рекомендовано кафедрой:

Протокол № 6 от 19 марта 2025 г.

И. о. зав. кафедрой _____ О.Г. Пенькова

Иркутск 2025 г.

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Основной **целью** изучения дисциплины «**Экология человека**» является формирование целостной системы экологических знаний, способствующих оптимизации жизненной среды человека и процессов, протекающих в человеческих общностях.

Задачи:

- определить понятие экологии человека как междисциплинарного предмета, раскрывающего характер взаимоотношений и взаимодействий природы и человека на разных этапах его развития;
- научить анализировать медико-демографические показатели, используемые для характеристики уровня популяционного здоровья;
- показать влияние факторов окружающей среды на процессы адаптации человека к природным и климатогеографическим условиям.
- раскрыть основные механизмы процессов адаптации человека к различным экстремальным условиям;
- показать особенности социальной адаптации в современных условиях.

II. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Учебная дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений.

2.2. Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы знания, умения и навыки, формируемые предшествующими дисциплинами:

Б1.О.13. Возрастная анатомия, физиология и гигиена.

Б1.О.01. Основы научно-исследовательской деятельности

Б1.О.33. Общенаучные методы познания

2.3. Перечень последующих учебных дисциплин, для которых необходимы знания, умения и навыки, формируемые данной учебной дисциплиной:

Б2.О.03(П). Педагогическая практика (воспитательная работа).

Б2.О.05(П). Педагогическая практика.

III. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Компетенция	Индикаторы компетенций	Результаты обучения
ПК-2. Способен осваивать и использовать базовые научно-теоретические знания и практические умения по экологии в	ИДК-2.1. Анализирует и грамотно излагает базовые предметные научно-теоретические представления об изучаемых объектах, процессах и явлениях. ИДК-2.2. Демонстрирует специальные умения проведения экологического исследования	Знать: основные понятия и термины экологии человека; методы анализа и критической оценки социальных процессов, происходящих в обществе; общие закономерности и механизмы адаптации; механизмы процессов адаптации человека к природным и климатогеографическим условиям; основные законы и аксиомы экологии человека. Уметь: самостоятельно работать с научной и учебно-методической литературой, анализировать теоретический материал, формулировать

4.2. Содержание учебного материала дисциплины

Раздел 1. Человек и среда его обитания.

- 1.1. Введение. Предмет и содержание курса.
- 1.2. Эволюция человека.
- 1.3. Популяционное здоровье. Медико-демографические показатели, используемые для характеристики уровня популяционного здоровья.

Раздел 2. Физиологические основы адаптации человека. Адаптация человека к природным и климатогеографическим условиям.

- 2.1. Общие закономерности и физиологические механизмы адаптации.
- 2.2. Адаптивные формы поведения. Неспецифические и специфические компоненты адаптации.
- 2.3. Механизмы адаптации. Фазовый характер адаптации. Цена адаптации.
- 2.4. Эффективность адаптации. Дезадаптация, дизадаптация.
- 2.5. Природные факторы и их воздействие на организм.
- 2.5. Адаптация человека к различным климатогеографическим регионам.
- 2.6. Особенности адаптации коренных народов Сибири и Дальнего Востока.

Раздел 3. Адаптация человека к экстремальным условиям среды.

- 3.1. Адаптация к условиям высоких и низких температур.
- 3.2. Адаптация человека к последствиям чрезвычайных ситуаций (катастроф).
- 3.3. Влияние длительных и интенсивных нагрузок.
- 3.4. Острая гипоксия и гиперкапния.
- 3.5. Влияние электромагнитных излучений.
- 3.6. Проблемы адаптации человека к условиям авиакосмических полетов.
- 3.7. Влияние подводных погружений.

Раздел 4. Социальная адаптация.

- 4.1. Адаптация к антропогенным факторам среды.
- 4.2. Адаптация к городским и сельским условиям.
- 4.3. Проблемы информационного стресса.
- 4.4. Адаптация к различным видам трудовой деятельности.
- 4.5. Рациональная организация учебного и трудового процессов.
- 4.6. Адаптация студентов к обучению в вузе.
- 4.7. Адаптация к различным видам профессиональной деятельности.

4.3. Перечень разделов/тем дисциплины (семестр А)

№ п/п	Наименование раздела/темы	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающихся, практическую подготовку (при наличии) и трудоемкость (в часах)				Оценочные материалы	Формируемые компетенции (индикаторы)	Всего (в часах)
		Лекции	Практ. занятия	Лаб. занятия	СРС			
1.	Человек и среда его обитания.	6	6		6	Опрос, тестирование, оценка за ведение тетрадей и отчет по практическим работам	ПК-2 ИДК-2.1 ИДК-2.2	18
2.	Физиологические основы адаптации человека. Адаптация человека к природным и климатогеографическим условиям.	6	8		10	Опрос.	ПК-2 ИДК-2.1 ИДК-2.2	24
3.	Адаптация человека к экстремальным условиям среды	6	10		8	Опрос, тестирование, оценка за ведение тетрадей и отчет по практическим работам	ПК-2 ИДК-2.1 ИДК-2.2	24
4.	Социальная адаптация.	6	8		6	Опрос, контрольная работа.	ПК-2 ИДК-2.1 ИДК-2.2	20
5.	Общие закономерности адаптации детей к климатогеографическим и социальным факторам.	6	8		6	Опрос, тестирование, оценка за ведение тетрадей и отчет по практическим работам	ПК-2 ИДК-2.1 ИДК-2.2	20
	Контроль (КО)						ИДК-2.2	10
	Консультация					Вопросы к экзамену.	ПК-2 ИДК-2.1	2
	Экзамен						ПК-2 ИДК-2.1 ИДК-2.2	26
	Итого	30	40		36			144

4.4. Методические указания по организации самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа заключается в том, что в ходе такого обучения студенты, прежде всего, учатся приобретать и применять знания, искать и находить нужные для них средства обучения и источники информации, уметь работать с этой информацией.

Самостоятельная работа студента направлена на углубление знаний по изучаемому предмету, а также на формирование умений самостоятельно проводить анализ и синтез на основании имеющегося материала.

Для успешного выполнения самостоятельной работы необходимо:

- Вдумчиво прочитать задание или вопрос/задание.
- Если что-либо непонятно, задать вопрос преподавателю.
- Ознакомиться с основной и дополнительной литературой к курсу.
- Записывать тезисы из используемой литературы и свои мысли на бумаге.
- Провести анализ и составить ответ или подготовить задание к сдаче.

В рамках изучаемой дисциплины предлагаются следующие формы самостоятельной работы:

- **Учебное задание** - вид поручения преподавателя студенту, в котором содержится требование выполнить какие-либо учебные (теоретические и практические) действия. Критерии оценки по каждому заданию преподаватель выставляет дополнительно.
- **Глоссарий** – список терминов, понятий, теорий в рамках предметной области с их объяснением (*размер и форма тезауруса оговариваются индивидуально со студентом*).
- **Поиск материалов в сети Интернет** – по предлагаемой для СРС теме студент осуществляет поиск современных воззрений, описаний точек зрения различных авторов. Итогом работы является файл MS Word с изложением указанного вопроса и ссылками на источники (*объем не менее 2-х печатных страницы А4 шрифт TimesNewRoman 12 кегль через 1 интервал и не менее 5-ти источников для одной темы*).
- **Разработка проектов в мини-группах (учебно-исследовательских работ) / проведение деловых игр.**
- **Реферирование на основе журнальных статей** – работа с научной периодикой по изучаемому вопросу с кратким изложением основных мыслей собственными словами (*объем не более 1 печатной страницы А4 шрифт TimesNewRoman 12 кегль через 1 интервал*).
- **Составление тестов, презентаций** – подготовка не менее 10-ти тестовых заданий по отдельной теме в трёх основных формах (свободный ввод, выбор варианта, соответствие) или файла презентации не менее 10 слайдов с иллюстрациями, ссылками на используемые источники (не менее 3-х).
- **Заполнение сводных таблиц** – на основании анализа теоретического лекционного материала или материала учебника создание сводной обобщающей данную тему таблицы.

Организация самостоятельной работы студентов базируется на учебных пособиях:

1. Физиология человека и животных: учебно-методическое пособие /сост. Е.В. Осипова. – Иркутск: ИНЦХТ, 2017. – 238 с. (5 экз.) (электронный вариант прикреплен в Едуке).

В целом, организация самостоятельной работы координируется с помощью материалов, выставленных в образовательном портале ИГУ (<http://educa.isu.ru>)

4.5. Примерная тематика курсовых работ (проектов):

Учебным планом не предусмотрено написание курсовых работ (проектов).

V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

а) основная литература:

1. Гора Е.П. Экология человека [Текст] : практикум / Е. П. Гора. - М. : Дрофа, 2008. - 127 с. (10 экз.)
2. Гора Е.П. Экология человека / Е. П. Гора. - М. : Дрофа, 2007. - 540 с. (8 экз.) (электронный вариант прикреплен в Едуке).
3. Прохоров Б.Б. Экология человека [Текст] / Б. Б. Прохоров. - М.: Академия, 2008. - 320 с. (26 экз.) (электронный вариант прикреплен в Едуке).
4. Физиология человека и животных: учебно-методическое пособие / сост. Е.В. Осипова. – Иркутск: ИНЦХТ, 2017. – 238 с. (5 экз.) (электронный вариант прикреплен в Едуке).
5. Сергеев, И.Ю. Физиология человека и животных в 3 т. **Т.1.** Нервная система: анатомия, физиология, нейрофармакология: учебник и практикум для вузов / И.Ю. Сергеев, В.А. Дубынин, А.А. Каменский. - Москва: Издательство «Юрайт», 2020. - 393 с. (ЭБС «Юрайт» - доступ неограниченный).

б) дополнительная литература:

1. Акимова Т. А. Экология. Человек - Экономика - Биота - Среда [Текст] / Т. А. Акимова. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2006. - 495 с. (20 экз.)
2. Гигиена и экология человека [Текст] : учебник / А. В. Леонов, М. П. Грачева ; ред. Н. А. Матвеева. - М. : Academia, 2005. - 304 с. (3 экз.)
3. Губарева Л.И. Экология человека [Текст]: практикум для вузов / Л. И. Губарева, О. М. Мизерева, Т. М. Чурилова. - М. : ВЛАДОС, 2003. - 112 с. - (Практикум). (10 экз.)
4. Мамин Р.Г. Безопасность природопользования и экология здоровья [Текст] : учеб. пособие / Р. Г. Мамин. - М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2003. - 240 с. (10 экз.)
5. Мезенцев, С.В. Экология. Хронобиология. Адаптация / С. В. Мезенцев ; Читинский гос. ун-т. - Чита : Изд-во ЧитГУ, 2007. - 193 с. (1 экз.)
6. Новиков Ю.В. Экология, окружающая среда и человек [Текст] : учебное пособие / Ю. В. Новиков. - 2-е изд., испр. и доп. - М. : ФАИР-ПРЕСС, 2003. - 560 с. (6 экз.)
7. Пивоваров Ю.П. Гигиена и основы экологии человека [Текст] : учебник / Ю. П. Пивоваров, В. В. Королик, Л. С. Зиневич ; ред. Ю. П. Пивоваров. - М. : Academia, 2004. - 528 с. (3 экз.)

в) периодические издания:

- Журнал «Биология в школе» (Печатное периодическое издание в НБ);
- Журнал «Археология, этнография и антропология Евразии» (Печатное периодическое издание в НБ);
- Журнал «Эко» (Печатное периодическое издание в НБ).
- Известия РАН. Серия биологическая (Доступ к полным текстам изданий осуществляется с компьютеров сети ИГУ на сайте НЭБ eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>)

г) список авторских методических разработок:

1. Физиология человека и животных [Текст]: учебно-методическое пособие / сост. Е. В. Осипова. – Иркутск: ИНЦХТ, 2017. – 238 с. (5 экз.) (электронный вариант прикреплен в Едуке).

в) базы данных, информационно-справочные и поисковые системы:

http://library.isu.ru/ru/inform_serv/For_teachers/useful_inform.html

<http://library.isu.ru/> - Научная библиотека ИГУ

<http://nature.web.ru/> - Научная сеть
<http://window.edu.ru/> - Единое окно доступа к информационным ресурсам
<http://school-collection.edu.ru/catalog/pupil/?subject=> Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов -
<http://www.window.edu.ru/catalog/resources/uchebnik-anatomiya-i-fiziologiya>
<http://www.booksmed.com/fiziologiya>
<http://www.isf.ru/> Сервер Международного научного фонда, Москва
<http://www.lib.msu.su/> Сервер научной библиотеки МГУ, Москва
<http://www.nsc.ru/> Сервер "Академгородок", Новосибирск

VI. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Помещения и оборудование

Помещения – учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных учебным планом ОПОП ВО бакалавриата, оснащены оборудованием и техническими средствами обучения.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ФГБОУ ВО «ИГУ».

Мультимедийный проектор, презентации по темам дисциплины, фильмы.

Специальные помещения: - учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации; - учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации; - помещение для самостоятельной работы. - помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.	Аудитория на 70 рабочих мест, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории. Аудитория на 15 рабочих мест, площадь 69,8 м², на одного студента приходится 3,9 м², укомплектованная специализированной мебелью и лабораторным оборудованием. Наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие тематические иллюстрации, соответствующие рабочей программе дисциплины: холодильник «Бирюса» наглядные пособия и таблицы по человеку. Тонометры (6 шт.), ростомер с металлическим стульчиком РМ-2 «Диакос»я, весы, сантиметровые ленты (6 шт.). Аудитория на 15 рабочих мест: компьютер CeleronIntel 775S -6 шт; коммутатор 8 port MINI SWITCH, компьютерная техника, подключенная к сети «Интернет» с общим доступом в электронную информационно-образовательную среду ИГУ
--	--

6.2. Лицензионное и программное обеспечение

Microsoft Office Professional PLUS 2010

Антивирус Kaspersky Endpoint Security 10.1

<https://isu.ru/export/sites/isu/ru/employee/license/.galleries/docs/-Reestr-PO-all-2021.xlsx>

VII. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Наименование тем занятий с использованием образовательных технологий

	Тема занятия	Вид занятия	Форма / Методы интерактивного обучения	Кол-во часов
	Все темы (см. п.4.2)	все лекции	Вводная лекция; вводная лекция-диалог; лекция-информация (информационная), интерактивная лекция (лекция диалог), лекция-демонстрация; лекция-беседа с элементами визуализации; лекция-беседа с опорным конспектированием основных положений темы (раздела); информационно-коммуникационные технологии, технология проблемного обучения	30
	Все темы (см. п.4.2)	все практические занятия	технология развивающего обучения; практические занятия с элементами обратной связи; посещение этнографического отдела краеведческого музея, научный семинар, научная конференция, групповые дискуссии .	40
Итого часов				70

VIII. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

8.1. Оценочные материалы для входного контроля

Образец тестовых заданий

1. Раздел экологии, изучающий закономерности взаимодействия человека и человеческого общества с окружающими природными, социальными, эколого-гигиеническими и другими факторами, называется ...

- а) экологией человека;
- б) природопользованием;
- в) охраной окружающей среды;
- г) антропогенезом.

2. Одним из биологических факторов антропогенеза является ...

- а) мышление;
- б) трудовая деятельность;
- в) речь;
- г) наследственность.

3. Что не составляет социальную сущность человека?

- а) культура;
- б) физиологические особенности;
- в) мораль;
- г) совесть.

4. Когда появился кроманьонец (современный человек)?

- а) ~ 50 тыс. лет назад;
- б) ~ 250 тыс. лет назад;
- в) ~ 2 млн. лет назад;
- г) ~ 18 млн. лет назад.

5. Раса, которая характеризуется прямыми жесткими волосами, уплощенностью лица, сильно выдающимися скулами, наличием эпикантуса, является ...

- а) европеоидной;
- б) монголоидной;
- в) негроидной;
- г) австралоидной.

6. Потребности в истине, вере, справедливости, познании (себя, окружающего мира, смысла жизни и др.), связанные с появлением у человека сознания, называются ...

- а) витальными;
- б) социальными;
- в) идеальными;
- г) самооценными.

7. Численность населения Земли на 2013 г. составила ...

- а) 3 млрд. чел. ;
- б) 6,8 млрд. чел. ;
- в) 6,5 млрд. чел. ;
- г) 5,5 млрд. чел.

8. Уровень урбанизации населения России к 2013 г. составил ...

- а) 76 %;
- б) 70 %;
- в) 40 %;
- г) 60 %.

9. По прогнозам ученых, численность населения в Азии к 2025 году может составить:

- а) ~ 1,6 млрд. чел.;
- б) ~ 1,3 млрд. чел.;
- в) ~ 4,9 млрд. чел.;
- г) ~ 0,76 млрд. чел.

10. Средняя продолжительность жизни мужчин в России в 2013 году составляла...

- а) 75 лет;
- б) 65 лет;
- в) 54 года;
- г) 58 лет.

11. В 2013 году население России составило ...

- а) ~ 100 млн.чел.;
- б) ~ 85 млн.чел.;
- в) ~ 205 млн.чел.;
- г) ~ 142 млн.чел.

8.2. Оценочные материалы текущего контроля

Образец тестовых заданий

1. **Рост популяции, численность которой увеличивается лавинообразно, называют**
а) изменчивым б) логистическим в) экспоненциальным г) стабильным
2. **Возрастной структурой популяции называется ...**
а) количественное соотношение женских и мужских особей
б) количество старых особей
в) количество новорожденных особей
г) количественное соотношение различных возрастных групп
3. **Кривая выживания характеризует:**
а) диапазон значений экологического фактора, за пределами которого становится невозможной нормальная жизнедеятельность особи
б) число выживших особей во времени
в) зависимость степени благоприятности экологического фактора от его интенсивности
г) скорость, с которой живые организмы производят полезную химическую энергию
4. **Процесс адаптации организма к меняющимся условиям среды обеспечивается:**
а) регулярным питанием б) строгим распорядком жизненного цикла
в) биохимическими изменениями характеристик ферментов
г) ограниченным диапазоном меняющихся условий среды
5. **Образование метаболической зависимости от стрессирующего раздражителя вызывается:**
а) неоптимальной комбинацией стрессирующих раздражителей
б) ослабленным после болезни иммунитетом
в) продолжительным воздействием стрессирующего раздражителя, приводящим к возникновению специфической толерантности
г) характером стрессирующего раздражителя
6. **Региональная диета жителей Крайнего Севера, в сравнении с жителями южных центральных и южных регионов России определяется большим содержанием в пище**
а) углеводов б) белков в) липидов г) сочетания "б" и "в" д) сочетания "а" и "в"
7. **Биологическая целесообразность народной кухни определяется**
а) сочетанием продуктов, которые могут быть приобретены в данных конкретных условиях
б) типом обмена веществ в организме человека, который сложился на протяжении веков
в) высокой калорийностью используемых продуктов
г) низкой калорийностью используемых продуктов
8. **Адаптивный ферментативный структурный след проявляется в организме, как:**
а) абстинентный синдром в отношении любого стрессирующего фактора
б) устойчивое понижение жизненной активности человека, требующее медицинского вмешательства
в) результат биохимических изменений активности ферментов, направленный к адаптации организма к новым условиям
9. **Какое влияние оказывают ядовитые вещества (угарный газ, никотин), содержащиеся в табачном дыме, на эритроциты крови и кровеносные сосуды курильщика?**
а) происходит резкое сужение кровеносных сосудов, повышается давление
б) снижается эластичность кровеносных сосудов
в) на стенках сосудов могут откладываться вредные и ядовитые вещества
г) происходит взаимодействие угарного газа с гемоглобином эритроцитов, в результате чего резко снижается их способность переносить кислород и наступает кислородное голодание всего организма
д) нарушается обмен веществ
е) все верно

10. Как изменится состав крови у альпиниста, неделю находящегося на большой высоте?

- а) увеличения количества эритроцитов б) учащение частоты дыхания
- в) увеличения количества лейкоцитов в. уменьшится количество тромбоцитов

11. Под генофондом населения понимается

- а) совокупность генов граждан коренных национальностей
- б) совокупность генов всех граждан
- в) совокупность генов статистической выборки граждан

12. Термин “Генетический груз” обозначает

- а) наличие вредных мутаций у человека, повышающих частоту наследственных заболеваний
- б) неблагоприятные экологические факторы, способствующие ухудшению здоровья граждан
- в) неблагоприятные социальные факторы, способствующие ухудшению здоровья граждан
- г) совокупность неблагоприятных факторов, способствующих снижению иммунитета граждан

13. Так называемые “Группы риска” объединяют людей:

- а) определенных специальностей
- б) определенного образа жизни
- в) проживающих в экологически неблагоприятных районах
- г) объединенных группами “а” и “б”
- д) объединенных группами “а” и “в”

14. Иммуитет является результатом:

- а) регулярного приема необходимых лекарственных препаратов
- б) приобретенной или наследственной невосприимчивости организма к возбудителям болезней
- в) коммуникабельности

15. Мутации – естественные или вызываемые мутагенами количественные и качественные изменения генотипа

- а) не передающиеся по наследству
- б) передающиеся по наследству в качестве фактора, препятствующего эволюции
- в) передающиеся по наследству и являющиеся важнейшим фактором эволюции
- г) всегда воздействующий отрицательно на потомство фактор

16. Алкоголизм – болезнь или распушенность?

- а) болезнь б) болезнь, как результат распушенности
- в) результат семейных и социальных традиций г) верны все определения

17. Какова последовательность развития наркотической зависимости?

- а) привыкание - пристрастие - психическая зависимость - физическая зависимость
- б) пристрастие - привыкание - физическая зависимость - психическая зависимость
- в) пристрастие - физическая зависимость - привыкание - психическая зависимость

18. Истинная стрессовая ситуация заключается в:

- а) неожиданном и, кажется, беспричинном похудании или, наоборот, увеличении полноты человека
- б) нарушении сбалансированного обмена веществ в организме
- в) постоянном беспокойстве, усугубляющемся бессонницей

19. Экстремальные экологические факторы (резко континентальный климат, районы экологически неблагополучные)

- а) ослабляют воздействие алкоголя и наркотиков на организм человека
- б) усиливают воздействие алкоголя и наркотиков на организм человека

8.3. Оценочные материалы для промежуточной аттестации (в форме экзамена).

Примерный перечень вопросов к экзамену:

1. Этапы формирования и становления предмета «Экология человека».
2. Определение термина «экология человека». Предмет, цель и задачи науки.
3. Методы экологии человека. Взаимосвязь экологии человека с другими науками.
4. Аксиомы экологии человека.
5. Этапы эволюции человека. Антропогенез.
6. Биосоциальная сущность человека.
7. Возникновение рас и их характеристика.
8. Адаптивные экологические типы человека.
9. Этнические аспекты экологии человека.
10. Индивидуальное и популяционное здоровье.
11. Особенности заболевания малочисленных народов Сибири и Севера, связанные с изменением образа жизни.
12. Типы воспроизводства населения.
13. Демографические показатели (рождаемость, смертность, естественный прирост).
14. Демографические показатели (миграция).
15. Социальные и медико-биологические последствия депопуляционных процессов в России и в мире.
16. Возрастная структура населения. Демографический возраст населения.
17. Анализ демографической ситуации в современном мире. П.П.Капица.
18. Причины смертности в развитых и развивающихся странах.
19. Конституциональные типы человека, способы их определения.
20. Психоэмоциональные характеристики различных конституциональных типов и их предрасположенность к различным заболеваниям.
21. Функциональная асимметрия полушарий головного мозга и различные стили адаптивного поведения.
22. Процессы эволюции человека в современном мире.
23. Циркадные ритмы человека. Механизмы регуляции сна и бодрствования.
24. Особенности адаптации различных морфофункциональных типов человека (спринтеры, стайеры) к экстремальным условиям.
25. Стресс: понятие, механизм, стадии развития.
26. Общие закономерности и физиологические механизмы адаптации. Биологические, психологические и поведенческие
27. механизмы адаптации к экстремальным условиям.
28. Адаптация человека к условиям окружающей среды. Экологическая дифференциация человечества. Понятие об адаптации,
29. дезадаптации, дизадаптации. Специфическая и неспецифическая адаптация.
30. Адаптация человека к различным температурным режимам.
31. Адаптация человека к жизни в высоких широтах.
32. Адаптация человека к жизни в аридных зонах.
33. Адаптация человека к подводным спускам.
34. Иммунологические проблемы, аутоиммунные заболевания.
35. Эндемические заболевания, обусловленные геохимическими факторами среды.
36. Информационное поле города и его влияние на здоровье населения.
37. Экологические катастрофы и проблемы экологического кризиса (влияние на здоровье человека).
38. Особенности течения ряда патологических процессов у представителей различных этнических групп населения.
39. Адаптация детей к антропогенным факторам среды.
40. Адаптации ребенка к различным природным и климатогеографическим условиям.

41. Адаптация детей к социальным факторам.
42. Дети и информационный стресс.

Документ составлен в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), утвержденного приказом Минобрнауки РФ № 125 от 22 февраля 2018 г.

Автор программы: Осипова Е.В., профессор, д-р биол.наук

Настоящая программа не может быть воспроизведена ни в какой форме без предварительного письменного разрешения кафедры-разработчика программы.