***Примерные темы для зачетных проектов по «Экологии человека».***

10 класс:

1. Экология человека: предмет, цели, задачи, методы исследований. Связь экологии человека с другими науками.
2. Здоровье и здоровый образ жизни.
3. История развития представлений о здоровом образе жизни.
4. История развития взаимоотношений «человек-природа».
5. Общие закономерности адаптации организма человека к климатическим условиям. Абиотические факторы среды и их влияние на организм человека.
6. Различия между людьми, проживающими в разных природных условиях. Экология человека в жарком климате. Человек в условиях Севера. Человек в условиях высокогорья.
7. Закаливание организма: теории закаливания, основные принципы и физиологические механизмы закаливания.
8. Биологические ритмы: их классификация, влияние на физическую работоспособность человека, нарушения биоритмов.
9. Суточные ритмы.
10. Наркомания – как опасная пагубная привычка человека. Причины, симптомы, стадии развития, лечение, профилактика.
11. Курение – пагубная привычка человека.
12. Алкоголизм: причины, профилактика, стадии развития, лечение.
13. Условия, необходимые для правильного формирования опорно-двигательной системы.
14. Влияние активного образа жизни на организм человека.
15. Факторы среды и их воздействие на состав крови.
16. Условия, необходимые для полноценного развития системы кровообращения.
17. Правильное дыхание.
18. Сбалансированное питание – важнейший экологический фактор.
19. Безопасное питание – важнейший экологический фактор. Типы посуды: из стекла, керамики, пластмассы, химический состав и влияние на здоровье человека.
20. Содержание вредных веществ в продуктах питания (нитраты, канцерогены и т.д.).
21. Рациональное питание и здоровье человека. Диетическое питание.
22. Факторы, влияющие на развитие и функционирование нервной системы.
23. Стресс как важнейший экологический фактор. Методики для избавления от стресса.

***Примерные темы для зачетных проектов по «Экологии человека».***

11 класс:

1. Экология человека и социальная экология: взаимосвязь, отличие. Методы исследования, предмет и цели изучения.
2. Законы, правила, принципы, используемые в социальной экологии.
3. Экологическая ниша человека и возможности ее изменения.
4. Окружающая человека среда и ее компоненты.
5. Влияние биотических факторов среды на организм человека.
6. Значение леса в природе и жизни человека. Последствия деятельности человека на состоянии лесов. Стадии деградации изучаемой лесной экосистемы.
7. Фитонцидные растения и их роль в жизни человека.
8. Ядовитые представители флоры Республики Татарстан и их роль в жизни человека.
9. Влияние ландшафта на здоровье человека.
10. Биологическое загрязнение природной среды и болезни человека. Природно-очаговые болезни – клещевой и комариный (японский) энцефалиты, геморрагическая лихорадка, сибирская язва, туляремия, Ку-лихорадка, сыпной тиф, лептоспироз.
11. Сезонные болезни - поллиноз, грипп, ангина, ОРВИ, ОРЗ, ларингит, бронхит, фарингит и др.
12. Микозы человека: причины, классификация, диагностика, лечение и профилактика. Основные виды микоз человека – кандидоз, мукоромикоз, криптококкоз, хромомикоз, кокцидеоидомикоз, микоз стоп, трихофития, микроспория.
13. Паразиты человека: признаки паразитических заболеваний, лечение и профилактика. Особенности болезней трихинеллез, описторхоз, лямблиоз, фасциолез, и др.
14. Экология жилища и здоровье человека.
15. Влияние запахов на организм человека.
16. Влияние цвета на организм человека.
17. Влияние света и шума на здоровье человека.
18. Роль воды в жизни человека. Влияние воды на здоровье человека.
19. Микрофлора помещений и ее влияние на здоровье человека.
20. Антропогенное воздействие на окружающую среду и его последствия для здоровья человека.