

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Косенок Сергей Михайлович  
Должность: ректор  
Дата подписания: 25.06.2026 09:23:15  
Уникальный программный ключ:  
e3a68f3eaa1e62674b54f4998099d3d6bfdcf836

**Бюджетное учреждение высшего образования**  
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры  
"Сургутский государственный университет"

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по УМР

\_\_\_\_\_ Е.В. Коновалова

11 июня 2025г., протокол УМС №5

# МОДУЛЬ ОБЩЕПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ДИСЦИПЛИН Экология человека

## рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Экологии и биофизики**

Учебный план bz050306-Экол-25-3.plx  
Направление: 05.03.06 Экология и природопользование  
Направленность (профиль): Экология

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **заочная**

Общая трудоемкость **6 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 216  
в том числе:  
аудиторные занятия 20  
самостоятельная работа 187  
часов на контроль 9

Виды контроля на курсах:  
экзамены 3

### Распределение часов дисциплины по курсам

Курс	3		Итого	
	уп	рп		
Лекции	8	8	8	8
Лабораторные	12	12	12	12
Итого ауд.	20	20	20	20
Контактная работа	20	20	20	20
Сам. работа	187	187	187	187
Часы на контроль	9	9	9	9
Итого	216	216	216	216

Программу составил(и):

*Ст. преп, Волохова Марина Анатольевна*

Рабочая программа дисциплины

**Экология человека**

разработана в соответствии с ФГОС:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 05.03.06 Экология и природопользование (приказ Минобрнауки России от 07.08.2020 г. № 894)

составлена на основании учебного плана:

Направление: 05.03.06 Экология и природопользование

Направленность (профиль): Экология

утвержденного учебно-методическим советом вуза от 11.06.2025 протокол № 5.

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры

**Экологии и биофизики**

Зав. кафедрой Шорникова Е.А.

<b>1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ</b>	
1.1	формирование у студентов научного мировоззрения в познании динамики и характеристики взаимоотношений человека и человеческой популяции с природной и технической средами
<b>2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП</b>	
Цикл (раздел) ООП:	Б1.О.04
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Биология
2.1.2	Введение в профессиональную деятельность
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Социальная экология
2.2.2	Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы
<b>3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>	
<b>ОПК-2.1: Использует теоретические основы экологии, геоэкологии, природопользования, охраны природы и наук об окружающей среде при решении задач в профессиональной деятельности</b>	
<b>ОПК-2.2: Способен применять методы и подходы экологии, геоэкологии, природопользования, охраны природы и наук об окружающей среде в профессиональной деятельности</b>	

**В результате освоения дисциплины обучающийся должен**

<b>3.1</b>	<b>Знать:</b>
3.1.1	базовые общепрофессиональные (общеекологические) представления о теоретических основах экологии человека
<b>3.2</b>	<b>Уметь:</b>
3.2.1	использовать базовые представления о теоретических основах экологии человека

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Примечание
	<b>Раздел 1. Раздел 1. Экология человека – комплексная междисциплинарная наука.</b>					
1.1	Становление экологии человека, её определение и задачи. Связь экологии человека с другими науками. Эволюция взаимоотношений человека и природной среды /Лек/	3	2	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
1.2	Измерение артериального давления /Лаб/	3	2	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
1.3	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	4	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
	<b>Раздел 2. Раздел 2. Экология человека – наука об антропоэкосистемах, их структуре, динамике и функционировании.</b>					
2.1	Различные уровни антропоэкологических исследований и их специфика. Структура антропоэкосистемы. Аксиомы экологии человека /Лек/	3	2	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
2.2	Определение устойчивости внимания /Лаб/	3	2	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
2.3	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
	<b>Раздел 3. Раздел 3. Экология и проблемы народонаселения. Роль демографических процессов в экологии человека.</b>					

3.1	Демографические процессы и демографическое поведение. Типы воспроизводства населения. Возрастная структура населения. Демографический взрыв. Демографическая ситуация в России, в ХМАО /Лек/	3	2	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
3.2	Рост народонаселения /Лаб/	3	2	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
3.3	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1 Л2.2Л3.1 Э1	
	<b>Раздел 4. Раздел 4. Медико-биологические основы экологии человека.</b>					
4.1	Механизмы поддержания постоянства внутренней среды организма человека. Общие представления об адаптации человека. Популяционная адаптация человека /Лек/	3	2	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.1 Э1	
4.2	Определение функционального состояния сердечно-сосудистой системы /Лаб/	3	2	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
4.3	Определение функционального состояния системы дыхания с помощью пробы Штанге /Лаб/	3	2	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
4.4	Оценка состояния здоровья и резервных возможностей адаптационных систем с помощью теста МПК /Лаб/	3	2	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
4.5	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
	<b>Раздел 5. Раздел 5. Здоровье – важная категория экологии человека.</b>					
5.1	Связь между здоровьем и болезнью. Оценка факторов среды на здоровье населения. Влияние природных условий на здоровье населения. Периодические изменения в природе и их влияние на здоровье населения. Эндемические микроэлементозы /Ср/	3	8	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
5.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
	<b>Раздел 6. Раздел 6. Влияние промышленных загрязнений природной среды на здоровье человека.</b>					
6.1	Опасные для человека антропогенно стимулированные изменения среды. Решение проблемы защиты природной среды от влияния человека /Ср/	3	8	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
6.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
	<b>Раздел 7. Раздел 7. Питание как фактор экологии человека.</b>					
7.1	Экологические проблемы питания современного человека. Загрязненные продукты питания и их включение в пищевые цепи. Пищевые добавки и их гигиеническое регламентирование. Канцерогенные вещества. Микотоксины. Радиоактивные изотопы в продуктах питания /Ср/	3	8	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	

7.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	5	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
<b>Раздел 8. Раздел 8. Общие представления о влиянии климата на человека.</b>						
8.1	Экстремальные для человека природные условия. Особенности обитания человека в экстремально холодных регионах. Особенности продолжения обитания человека на территории с жарким климатом, в районах высокогорного и морского климатов /Ср/	3	8	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
8.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	5	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
<b>Раздел 9. Раздел 9. Урбанизированные территории – новая и основная среда обитания современного человека.</b>						
9.1	Классификация урбанизированных территорий и особенности городской среды. Экологические проблемы жизнеобеспечивающих сред в городах. Геохимические особенности городских ландшафтов. Физическое загрязнение урбанизированных территорий. Биологические особенности населения урбанизированных территорий. Сохранение и оздоровление природной среды городов /Ср/	3	8	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
9.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	5	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
9.3	/Контр.раб./	3	0	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	Темы представлены
<b>Раздел 10. Раздел 10. Введение в курс «Адаптация человека на Севере»</b>						
10.1	Введение в курс «Адаптация человека на Севере». Учение о гомеостазе организма. Характеристика гомеостаза человека /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
10.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
<b>Раздел 11. Раздел 11. Общие понятия о процессах адаптации</b>						
11.1	Общие понятия о процессах адаптации. Фенотипическая и феногенетическая адаптация. Учение о стрессе. Фазы стресса. Стресс-факторы, дизадаптация /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
11.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
<b>Раздел 12. Раздел 12. Понятие о функциональных системах организма человека</b>						
12.1	Понятие о функциональных системах организма человека. Современная теория функциональных систем организма. Регуляция функциональных систем организма /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
12.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	

	<b>Раздел 13. Раздел 13. Регуляторные системы организма человека</b>					
13.1	Регуляторные системы организма человека. Нервная система. Эндокринная система /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
13.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
	<b>Раздел 14. Раздел 14. Сердечно-сосудистая система</b>					
14.1	Сердечно-сосудистая система. Основные механизмы её регуляции. Адаптация сердечно-сосудистой системы к условиям окружающей среды /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
14.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
	<b>Раздел 15. Раздел 15. Дыхательная система</b>					
15.1	Дыхательная система. Её регуляция. Функциональные особенности дыхательной системы в условиях Севера /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
15.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
	<b>Раздел 16. Раздел 16. Нервно-мышечная система</b>					
16.1	Нервно-мышечная система. Регуляция Нервно-мышечной системы. Гипокинезия и её влияние на организм человека в целом. Профилактика гипокинезии в условиях /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
16.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
	<b>Раздел 17. Раздел 17. Природно-климатические условия Северных территорий</b>					
7.1	Природно-климатические условия Северных территорий. Характеристика географических и климатических факторов, электро-магнитного поля высоких широт. Метеопатии среди населения Северных территорий. /Ср/	3	6	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
17.2	Подготовка к устному опросу /Ср/	3	8	ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	
17.3	/Контр.раб./	3	0	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	Темы представлены
17.4	/Экзамен/	3	9	ОПК-2.1 ОПК-2.2	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	Вопросы представлены
<b>5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА</b>						
<b>5.1. Оценочные материалы для текущего контроля и промежуточной аттестации</b>						
Представлены отдельным документом						
<b>5.2. Оценочные материалы для диагностического тестирования</b>						
Представлены отдельным документом						
<b>6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>						
<b>6.1. Рекомендуемая литература</b>						
<b>6.1.1. Основная литература</b>						
	Авторы, составители	Заглавие			Издательство, год	Колич-во

Л1.1	Прохоров Б. Б., Черковец М. В.	Общая экология человека: Учебник	Москва: ООО "Научно- издательский центр ИНФРА-М", 2016	1
Л1.2	Федорова, В. С., Давиденко, В. А.	Экология человека: учебное пособие	Алчевск: Донбасский государственный технический институт, 2020	1

#### 6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Лысенко И. О., Толоконников В. П., Коровин А. А., Гриджина Е. Б.	Экология человека: Курс лекций	Ставрополь: Ставропольский государственный аграрный университет, 2013,	1

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.2	Бурак ❖? ❖?., Сычик С. ❖?., Шевчук Л. М., Бортновский В. Н., Григорьева С. В., Гузик Е. О., Дроздова Е. В., Зятиков Е. С., ❖?льюкова ❖? ❖?., ❖? тпаева-Людчик С. Л., Миклис Н. ❖?., Николаенко Е. В., Соколов С. М., Суворова ❖? В., Федоренко Е. В., Филонов В. П., Филонок В. А., Хайрулина С. ❖?., Шевляков В. В., Щербинская ❖? П., Юркевич А. Б., Бурак ❖? ❖?., Сычик С.	Гигиена и экология человека: Учебное пособие	Минск: Вышэйшая школа, 2015,	1

#### 6.1.3. Методические разработки

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л3.1	Еськов В. М., Филатова О. Е.	Экология человека: Учебно-методическое пособие для лабораторно-практических занятий студентов заочной и очной форм обучения биологических факультетов университетов (специальность - биоэкология)	Сургут: Изд-во СурГУ, 2003	58

#### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет"

Э1	Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» <a href="https://cyberleninka.ru">https://cyberleninka.ru</a>
----	---

#### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

6.3.1.1	Пакет прикладных программ Microsoft Office
6.3.1.2	Операционная система Windows

#### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

6.3.2.1	<a href="http://www.garant.ru">http://www.garant.ru</a> Информационно-правовой портал Гарант.ру
6.3.2.2	<a href="http://www.consultant.ru/">http://www.consultant.ru/</a> Справочно-правовая система Консультант Плюс

#### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа (лабораторных занятий), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.
7.2	Оснащена: комплект специализированной учебной мебели, маркерная (меловая) доска, комплект переносного мультимедийного оборудования - компьютер, проектор, проекционный экран, компьютеры с возможностью выхода в Интернет и доступом в электронную информационно-образовательную среду.