

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені І. І. МЕЧНИКОВА
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ
КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ТА КЛІНІЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ЕКОЛОГІЯ ЛЮДИНИ

ЕЛЕКТРОННІ МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до практичних занять та самостійної роботи
для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
спеціальності 053 Психологія

ОДЕСА
ОНУ
2024

УДК 576.80.85
E457

Укладач:

О. С. Данілова, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної роботи Одеського національного університету імені І. І. Мечникова.

Рецензенти:

Е. М. Псядло, професор, доктор біологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної та клінічної психології ФПСР ОНУ імені І. І. Мечникова;

М. К. Кременчуцька, професор, кандидат психологічних наук кафедри диференціальної і спеціальної психології ФПСР Одеського національного університету імені І. І. Мечникова.

*Рекомендовано вченою радою факультету психології та соціальної роботи
ОНУ імені І. І. Мечникова.
Протокол № 6 від 24 квітня 2024 р.*

E457 **Екологія** людини [Електронний ресурс] : електрон. метод. рек. до практич. занять та самост. роб. для здобув. першого (бакалавр.) рівня вищ. освіти спец. 053 Психологія / уклад.: О. С. Данілова.– Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2024. – 36 с. – 0,8 МБ.

Методичні рекомендації з дисципліни «Екологія людини» містять матеріали для підготовки та проведення практичних (семінарських) занять, а також самостійної роботи здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія. У методичних рекомендаціях викладено теоретичні та практичні, екологічні та психологічні проблеми: основні підходи вивчення екологічних проблем сучасності, методи соціально-психологічного аналізу, особливості вивчення психології особистості в межах сучасних екологічних проблем.

УДК 502.22+504.61(076)

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	4
ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ	7
Змістовий модуль 1. Загальна екологія та екологія людини	7
Змістовий модуль 2. Екологія людини – психологічні аспекти. Духовний потенціал та розвиток Людини як детермінанта відповідальності в сучасних умовах життя	12
ФОРМИ КОНТРОЛЮ І МЕТОДИ ОЦІНЮВАННЯ	17
ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ	19
ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК	21
ПЕРЕЛІК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ	33

ПЕРЕДМОВА

Методичні рекомендації з курсу «Екологія людини» розроблені на кафедрі практичної та клінічної психології ФПСР ОНУ імені І. І. Мечникова на основі освітньої програми підготовки здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 053 Психологія. Методичні вказівки містять мету, завдання для самостійного опрацювання. Студенти також можуть отримати необхідні знання до вказаних запитань за допомогою зазначеної рекомендованої літератури.

Актуальність курсу «Екологія людини»

Екологія людини – це міждисциплінарна наука, яка досліджує загальні закономірності взаємодії людини, популяції людей з довкіллям, вплив чинників зовнішнього середовища на функціонування людського організму, цілеспрямоване управління збереженням і поліпшенням здоров'я населення. "Екологія людини" багато в чому вивчає питання, які так чи інакше зачіпають у інших дисциплінах. У процесі вивчення курсу викладаються теоретичні і практичні питання впливу довкілля на життєдіяльність людей, дається визначення місця екології людини в системі наук, наводяться антропоєкологічні аксіоми, складові теоретичних основ нової науки, і концепції антропоєкосистем – об'єкта вивчення екології людини. Докладно розглядаються зв'язки екології з демографією і медициною, умовами життя людей в різні епохи, їх взаємодія з навколишнім середовищем, проблеми нормування якості навколишнього середовища, здійснення практичної діяльності в галузі екології людини, різні види безпеки людства. Ця дисципліна надає цінні знання про людську поведінку в соціальному контексті з урахуванням екопроблем та сприяє формуванню навичок ефективної взаємодії з клієнтами. Знання цієї дисципліни особливо важливе для адаптації методів роботи до розмаїття культур і соціальних груп, а також для ефективної роботи з групами та спільнотами.

Мета курсу: Основна мета курсу – познайомити здобувача з основними законами взаємодії людини і навколишнього середовища. В основу дисципліни ставиться поняття дуалістичності людини – її біологічного і соціального начала. У процесі вивчення дисципліни коротко повторюються основні терміни дисципліни "Загальна екологія". Студент знайомиться з основними етапами антропогенезу. Представляються основні положення теорії ноосфери, закладені працями Т. де Шардена, В. І. Вернадського. Взагалі мета дисципліни це опанування психологами основ екологічних знань. Екологія людини – комплексна наука, яка вивчає взаємовідносини людини і навколишнього середовища. Вона формує у студентів наукове уявлення про предмет, методи та завдання екології людини, її основні категорії; висвітлює методологічні засади та забезпечує поглиблене розуміння студентами особливостей розвитку екології людини як науки; підготовлює високо компетентного спеціаліста – психолога – з європейським рівнем суспільно-психологічної та екологічної грамотності як важливої складової його громадянської і професійної культури. Дисципліна «Екологія людини» дозволяє розширити науковий кругозір майбутнього спеціаліста в сфері практичної та консультативної роботи.

«Екологія людини» безпосередньо пов'язана з дисциплінами «Філософія», «Історія», «Географія», «Демографія», «Загальна психологія», «Вікова психологія», «Екологічна психологія», тощо. Курс розрахований на один семестр, де значна кількість годин відводиться на практичні та самостійні заняття, що сприяє активізації й мотивації пізнавальної діяльності студентів, як потреби в отриманні нових знань. Під час практичних занять, які являються сполучною ланкою між теорією та практикою, студенти поглиблюють та закріплюють теоретичні знання, вчать застосовувати адекватні засоби дії, які ведуть до досягнення результату, виробляють аналітичні навички, необхідні для виконання контрольних робіт та рефератів.

Методичні рекомендації допоможуть студентам глибше оволодіти знаннями про світ людини, її здоров'я, що необхідно буде для їх практичної діяльності та життя.

Завдання дисципліни:

- ознайомлення студентів з основними теоріями і методологією екології людини як міждисциплінарної дисципліни та дослідженнями в галузі сучасної екології;
- отримання знань з проблеми «Людина та навколишнє середовище»;
- сприяти збереженню навколишнього середовища, збереженню і зміцненню здоров'я, розвитку фізичних та психічних можливостей людини;
- отримання знань та основних понять про біосферу;
- отримання основ знань про взаємовідносини живих організмів та навколишнього середовища;
- отримання знань про проблеми антропогенного та техногенного забруднення середовища;
- сприяти становленню у майбутніх фахівців здатності вбачати та усвідомлювати соціально-психологічні проблеми особистості, її соціалізації, активізувати особистісний та творчий потенціал.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувачі вищої освіти повинні **знати:**

Студенти-психологи після закінчення курсу повинні мати уявлення про біосферу як специфічну оболонку Землі, про біогеохімічні цикли, про роль факторів зовнішнього середовища (температура, вода та мінеральні солі, кисень, світло, природні цикли) як ті чинники, що визначають динаміку живих популяцій, про популяції як біологічні системи, про гомеостаз, адаптацію та дезадаптацію, про динаміку екосистем, про сутність та ознаки антропогенного та техногенного забруднення навколишнього середовища, про сучасні проблеми глобального екологічного характеру, про основні концепції екології людини з урахуванням психологічного фактору.

вміти: Студенти повинні вміти орієнтуватися в сучасній літературі з екології, критично оцінювати інформацію екологічного характеру, консультувати людей, що переживають екологічний стрес.

ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1. Загальна екологія та екологія людини

Тема 1. Екологія людини як наукова та академічна дисципліна.

Вчення про біосферу

Основні питання:

1. Предмет та задачі екології людини. Біосфера як арена життя.
2. Біосфера як цілісна система.
3. Погляди В. І Вернадського на біосферу.
4. Функціональні зав'язки в біосфері (атмосфера, літосфера, гідросфера).
5. Біогеохімічні цикли. Біогенний кругообіг. Кругообіг вуглецю, азоту, води, сірки. Продуценти, консументи, редуценти.

Питання для самоперевірки:

- Назвіть причини різного розуміння предмета екологія людини.
- Що вивчає наука екологія людини ?
- Назвіть основні етапи історії взаємовідносин суспільства і природи.
- Розгляньте поняття біосфери і ноосфери.
- Що таке «жива речовина» за В. І. Вернадським У чому причини інтересу суспільства до соціально-психологічного знання?
- Вкажіть напрямки екології за Білявським Г. О. і Падуніом М. М., з яких складових вони складаються?

Завдання для самостійної роботи:

1. Екологія як наукова та академічна дисципліна. Вчення про біосферу (реферат).
2. Визначити екологію як науку за Ернестом Геккелем. Становлення соціальної психології. Дискусії про її предмет (реферат).
3. Відокремліть основні надбання та досягнення Е. Геккеля, М. Ф. Реймерса, Ю. Одума (практичне завдання).
4. Відокремліть основні надбання В. І. Вернадського, Ж.-Б. Ламарка, Е. Зюсса, Б. Коммонера (реферат).

5. Вчення «Живої Етики» про природу людини (реферат).

Рекомендовані джерела [8, 17, 18, 21, 22].

Тема 2. Здоров'я як центральне поняття екології людини.

Методи виміру здоров'я

Основні питання:

1. Поняття здоров'я, хвороби, адаптація та реабілітація особистості в соціальній психології. Структура особистості.
2. Визначення поняття здоров'я. Екологічна обумовленість здоров'я населення.
3. Психічне здоров'я та екологія.
4. Методи оцінки здоров'я населення. Різні рівні та моделі здоров'я.
5. Демографія як показник здоров'я.

Питання для самоперевірки:

- Надайте поняття «особистість» та «індивідуальність».
- Як ви вважаєте, чи є вплив сонячної радіації на навколишнє середовище і здоров'я людини?
- Які аналізатори функціонують та грають роль для людини та забезпечення її здоров'я.
- Перерахуйте основні показники якості життя людини.
- На ваш погляд, які основні біологічні потреби людини існують?
- Що таке антропоєкологічна безпека життєдіяльності людини?
- Яку роль і функції, на ваш погляд, виконують енергетичні центри людини.
- Охарактеризуйте чинники, що визначають тривалість життя людини.
- Чи існує індивідуальний і популяційний рівень здоров'я людини?

Завдання для самостійної роботи:

1. Психічна енергія і здоров'я людини (реферат).
2. Психологічні основи здоров'я людини (практичне завдання).
3. Роль сім'ї у формуванні здоров'я (реферат).

4. Енергетична структура людини (практичне завдання).
5. Здоров'я як центральне поняття екології людини. Методи виміру здоров'я. (презентація, практичне завдання).
6. Роль біологічних ритмів в житті людини (реферат).
7. Бачення феномену людини Тейяром де Шарденом. (реферат).

Рекомендовані джерела [1–8].

Додаткова [1, 2, 3, 6, 15, 17, 19, 27].

Тема 3. Живі організми та фактори зовнішнього середовища.

Гомеостаз та адаптації

Основні питання:

1. Роль фізичних та хімічних факторів середовища та їх вплив на процеси життєдіяльності. Температура та терморегуляція.
2. Вода, мінеральні речовини та осморегуляція. Кисень, оксид вуглецю та питання газообміну. Іонізуючі випромінювання та їх екологічна роль.
3. Світло та його екологічна роль. Поняття про гомеостаз.
4. Циклічні явища в природі та їх вплив на життєдіяльність.

Питання для самоперевірки:

- Яку роль грає температура та терморегуляція у житті людини?
- Що означає осморегуляція?
- Що означає поняття гомеостаз?
- Які циклічні явища в природі впливають на життя людини?

Завдання для самостійної роботи:

1. Принципи системи НАССР (реферат).
2. Живі організми та фактори зовнішнього середовища. Гомеостаз та адаптації (реферат).
3. Вплив біотичних чинників середовища на організм людини.
4. Адаптація організму людини до зовнішніх впливів.
5. Вплив фізичних і хімічних чинників на здоров'я людини.

6. Екстремальні природні умови та їх вплив на здоров'я людини (практичне заняття).

Рекомендовані джерела [3, 4, 6, 8].

Додаткова [13, 17, 18, 20].

Тема 4. Екологія та людина

Основні питання:

1. Технології, навколишнього середовища та людина. Хімічні та фізичні техногенні чинники, їх вплив на здоров'я людини.
2. Екологія житла та побуту людини.
3. Хімічна залежність та соціальні ліки. Психоактивні речовини у житті людини.
4. Екологія харчування. Харчування та здоров'я.
5. Екологічна обумовленість хворіб населення. Адаптація людини до навколишнього середовища. Основні механізми адаптації. Ціна адаптації. Хвороби адаптації.
6. Поняття про стрес та адаптацію. Життя як стрес.

Питання для самоперевірки:

- На ваш погляд, хімічні та фізичні техногенні чинники руйнують здоров'я людини?
- Здоров'я людини залежить від екопродуктів споживання? Обґрунтуйте вашу відповідь.
- Що розумієте під поняттям «хвороби адаптації»?
- У чому полягає руйнівна дія стресу?

Завдання для самостійної роботи:

1. Екологічні проблеми в сучасній Україні (презентація) .
2. Індивідуально-типологічні аспекти психічного здоров'я» (реферат).
3. Вплив гепатогенних зон на здоров'я людини (реферат).
4. Середовище існування людини (практичне завдання).
5. Основи психологічної стійкості (презентація).

6. Психологія здорового способу життя (реферат).
7. Основні механізми адаптації. Ціна адаптації. Життя як стрес
Психосоматичні співвідношення (презентація).

Рекомендовані джерела [4, 6, 8].

Додаткова [14, 21, 23, 24].

Тема 5. Наслідки антропогенного та техногенного забруднення навколишнього середовища

Основні питання:

1. Зростаюче значення антропогенного фактору. Характеристика змін у матеріальному складі зовнішнього середовища.
2. Поняття про ксенобіотики. Основні екотоксикологічні критерії вивчення речовин.
3. Наслідки забруднення повітря та змін газового балансу атмосфери. Вплив забруднення на газовий баланс атмосфери та клімат.
4. Забруднення вод токсичними речовинами. Використання чистої прісної воді і проблема її охорони.
5. Хімічні катастрофи та екологія.

Питання для самоперевірки:

- Які чинники визначають, на ваш погляд, рівень і якість життя?
- Які природні чинники визначають безпеку людства?
- Які антропогенні чинники визначають безпеку людства?
- Які проблеми ризику існують для екології людини?
- Які наслідки забруднення повітря та змін газового балансу атмосфери існують и впливають на людину?

Завдання для самостійної роботи:

1. Основи життєвого потенціалу людини (реферат).
2. Біополе і здоров'я людини (презентація).
3. Природні та антропогенні чинники, які визначають безпеку людства (реферат).

4. Показники якості життя людини (реферат).
5. Психологія людини в умовах екологічної кризи (практичне завдання).
6. Вплив клімату на психологічний стан людства (презентація).

Рекомендовані джерела [4, 5, 8].

Додаткова [11, 12, 13, 16, 24].

Змістовий модуль 2. Екологія людини – психологічні аспекти.

Духовний потенціал та розвиток Людини як детермінанта відповідальності в сучасних умовах життя

Тема 6. Приклад екологічно обумовленої патології – отруєння дітей низькими дозами свинцю

Основні питання:

1. Свинець як пріоритетний забруднювач навколишнього середовища у великих містах.
2. Механізми та шляхи потрапляння свинцю в організм дитини. Патогенез нейротоксичної дії.
3. Шляхи запобігання.
4. Реабілітація інтелектуального дефекту.

Питання для самоперевірки:

- Якій вплив на організм дитини має свинець?
- Які механізми запобігання існують проти потрапляння свинцю у організм дитини?
- Які підходи та шляхи, на ваш погляд, найбільш успішні в подоланні патогенезу нейротоксичності?
- Які методи реабілітації існують для подолання інтелектуального дефекту?
- Які проблеми можуть виникнути в разі невідповідальності за отруєння дітей свинцю?

Завдання для самостійної роботи:

1. Приклад екологічно обумовленої патології – отруєння дітей низькими дозами свинцю (реферат).
2. Методи та технології реабілітації інтелектуального дефекту (реферат).
3. Шляхи потрапляння свинцю у організм дитини в умовах війни на Україні (презентація).
4. Свинець як пріоритетний забруднювач навколишнього середовища в сучасних умовах (презентація).

Рекомендовані джерела [2, 5, 6, 8].

Додаткова [14, 19, 21, 23, 24, 26].

Тема 7. Екологія житла та харчування

Основні питання:

1. Медико-біологічні основи здорового харчування. Поняття про основні компоненти, есенціальні та біологічно-активні елементи харчування.
2. Технологізація харчування, роль харчових домішок, їх екологічне значення.
3. Проблеми мікрооточення – технологічні та екологічні. Фактори негативного впливу на людину в умовах сучасного житла. Фізичні та хімічні фактори. Антропогенні фактори, що обумовлюють зниження якості житла.
4. Побутова хімія та її роль в екології людини.

Питання для самоперевірки:

- Які антропогенні фактори дійсно знижують якість житла?
- Які наслідки антропогенного та техногенного забруднення навколишнього середовища існують за теперішній час в умовах війни на Україні?
- Як екологія житла та харчування впливають на стан людини?
- Як впливають харчові домішки на стан здоров'я людини?

Завдання для самостійної роботи:

1. Системи потреб людини (реферат).
2. Соціально-економічні проблеми урбанізації (реферат).
3. Екологічні умови проживання людини у сільській місцевості (реферат).
4. Гармонія і духовний розвиток особистості з урахуванням екопроблем сучасного світу (презентація).
5. Показники якості життя людини (реферат).
6. Вивчення екології людини як напрям виходу з екологічної кризи (реферат).
7. Медико-біологічні основи здорового харчування (практичне заняття).

Рекомендовані джерела [1–8].

Додаткова [10, 11, 12, 16].

Тема 8. Хімічна залежність та соціальні ліки

Основні питання:

1. Психоактивні речовини у житті людини. Поняття про біологічні механізми хімічної залежності.
2. Соціальна роль психоактивних речовин.
3. Механізми формування психологічної залежності.
4. Основні підходи реабілітації хімічно залежних осіб.

Питання для самоперевірки:

- Які психоактивні речовини існують на сьогодні?
- Яку роль грають психоактивні речовини?
- Як, на ваш погляд, подолати психологічну залежність?
- Які, на ваш погляд, найкращі методи реабілітації хімічно залежних людей?

Завдання для самостійної роботи:

1. Хімічна залежність та соціальні ліки (практичне заняття).
2. Психологія здорового способу життя (реферат).
3. Формування сфери потреб людини (реферат).

5. Методи та технології реабілітації хімічно залежних осіб (презентація).

Рекомендовані джерела [1, 7, 8, 12, 16, 18, 19].

Додаткова [10, 11, 22, 26].

Тема 9. Екологія та психологія. Екологічне мислення та екологічна свідомість

Основні питання:

1. Екологізація психологічної сфери людини. Екологічний стрес та його психологічні наслідки.
2. Екологічна свідомість та емоції.
3. Екологічна свідомість та урбанізація.
4. Вплив екстремального середовища на екологічну свідомість.

Питання для самоперевірки:

- Сформулюйте поняття екологічний стрес
- Надайте поняття що таке емоція та екологічна свідомість
- Що таке екстремальне середовище?

Завдання для самостійної роботи:

1. Погляди Е. Фрома на феномен людини (реферат).
2. Моделі та напрямки гармонізації суспільства та природи (практичне заняття).
3. Сучасні теорії походження людини.
4. Еволюція розселення людини.
5. Етапи взаємодії людини і природи.
6. Вивчення людини як основи пізнання її взаємодії з навколишнім середовищем.
7. Роль чоловічого і жіночого начал у розвитку людства.
8. Сутність біопсихосоціального феномену людини (презентація).

Рекомендовані джерела [6, 16, 21, 24, 25].

Додаткова [3–9, 21, 25, 26].

Тема 10. Екоосвідомість та поведінка. Духовний потенціал та розвиток людини як детермінанта відповідальності в сучасних умовах життя

Основні питання:

1. Екологічна психологія.
2. Духовний потенціал та розвиток людини як детермінанта відповідальності в сучасних умовах життя.
3. Значення для урбоекології. Проблеми великих міст – психологічний компонент.
4. Екологія та самогубство.
5. Екооптимізм як умова розвитку сучасної молоді.

Питання для самоперевірки:

- Що, на ваш погляд, є відповідальність?
- Які питання охоплює екологічна психологія?
- На ваш погляд, що є духовний потенціал людини?
- Які питання вивчає урбоекологія?
- На ваш погляд, екологічні проблеми впливають на причини самогубства людини?
- Який зміст вкладається в поняття «Екооптимізм»?

Завдання для самостійної роботи:

1. Роль духовних цінностей у формуванні людини (презентація).
2. Формування сенсу життя людини (реферат).
3. Природне середовище як шлях формування етносу (практичне заняття).
4. Історія формування українського етносу (реферат).
5. Гармонійний і духовний розвиток особистості (реферат).
6. Віра як опора психологічної стійкості(реферат).
7. Екоосвідомість та поведінка. Духовний потенціал та розвиток людини як детермінанта відповідальності в сучасних умовах життя (презентація).

Рекомендовані джерела [1, 7, 8, 12, 16, 18, 19].

Додаткова [3–9, 21, 25, 26].

ФОРМИ КОНТРОЛЮ І МЕТОДИ ОЦІНЮВАННЯ

(у т. ч. критерії оцінювання результатів навчання)

При вивченні навчальної дисципліни здійснюється поточний та підсумковий контроль.

Поточний контроль проводиться з метою визначення рівня підготовленості студента з певних тем, розділів робочої навчальної програми, якості виконання конкретних завдань та здійснюється впродовж семестру під час проведення аудиторних занять (лекції, семінарські заняття) та при виконанні самостійної роботи.

Об'єктом поточного оцінювання є:

- програмний матеріал, який викладається на лекціях;
- питання і проблеми, що розглядаються та обговорюються на семінарських заняттях;
- програмний матеріал для самостійного вивчення, який передбачений робочою програмою та включає: реферати, презентації, практичні завдання.

Форма підсумкового контролю – *залік*. Залік виставляється за результатами роботи здобувача впродовж усього семестру. Підсумкова оцінка визначається як проста сума балів за результатами поточного контролю за 100-бальною шкалою.

- Здобувач одержує підсумкову оцінку за залікову навчальну дисципліну, якщо за результатами поточного контролю він набрав 60 і більше балів.
- Якщо за результатами поточного контролю здобувач набрав менше 60 балів, він повинен виконати залікове завдання і з урахуванням його результатів одержати відповідну кількість залікових балів із дисципліни.
- Якщо за результатами поточного контролю здобувач набрав 60 і більше балів, проте хоче поліпшити свій підсумковий результат, він також може виконати залікове завдання і з урахуванням його результатів підвищити свою підсумкову оцінку з дисципліни.

Методичні вказівки щодо підготовки реферату

Тему реферату слід вибрати з наведеного переліку тем або вибрати іншу тему в межах програми, погодивши її з викладачем.

Вимоги до реферату:

- викладення матеріалу має бути логічно послідовним;
- реферат повинен мати дослідницький характер, містити постановку проблеми, узагальнене викладення самостійно опрацьованої літератури та фактичних матеріалів, а також висновки автора;
- на запозичені до реферату матеріали з літературних та статистичних джерел необхідно зробити відповідні посилання;
- обсяг реферату має становити до 10 сторінок друкованого тексту формату А4 зі стандартними полями через 1,5 міжрядкових інтервали.

У даних методичних вказівках викладено теми і плани самостійної роботи для студентів усіх форми навчання, короткі методичні рекомендації до них, теми рефератів, контрольні запитання змістовних модулів, короткий термінологічний словник. Рекомендована література сприятиме ширше і глибше оволодіти необхідними знаннями з курсу «Екологія людини».

Критерії оцінювання самостійної роботи

Вид	Максим. к-сть балів	Критерії оцінювання навчальних досягнень
Презентація	5	Здатність студента презентувати доповідь відповідно змісту навчального матеріалу та супроводити її оригінальним візуальним представленням
Реферат	5	Здатність здійснювати узагальнення на основі опрацювання теоретичного матеріалу та відсутність помилок при оформленні цитування й посилань на джерела; продемонструвати дотримання лексичних, фразеологічних, граматичних і стилістичних норм української літературної мови

ПИТАННЯ ДЛЯ ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Предмет, задачі, місце екології людини.
2. Визначення екології як науки за Ернестом Геккелем.
3. Людина і природа .
4. Що вивчає наука екологія людини?
5. Глобальна планетарна екологічна криза.
6. Екологічні проблеми в Україні.
7. Сучасне визначення екології людини як науки.
Духовність як відповідальність-індикатор сучасного суспільства.
8. Поділ екології за розмірами об'єктів вивчення та об'єкти їх вивчення.
9. Поділ екології стосовно предметів вивчення.
10. Поділ екології за середовищами та компонентами.
11. Поділ екології за підходами до предмета вивчення.
12. Основні надбання та досягнення Е. Геккеля, М. Ф.Реймерса, Ю. Одума, В. І. Вернадського, Ж.-Б. Ламарка, Е. Зюсса, Б. Коммонера.
13. Напрямки екології за Білявським Г. О. і Падунном М. М., з яких складових вони складаються.
14. Причини та наслідки першої та другої екологічної кризи.
15. Поняття «жива речовина» за В. І. Вернадським.
16. Людство і людина як велика система
17. Назвіть основні етапи історії взаємовідносин суспільства і природи.
18. Розгляньте поняття біосфери і ноосфери.
19. Наведіть ознаки глобальної екологічної кризи.
20. Зовнішнє середовище і здоров'я людини.
21. Внутрішнє середовище і здоров'я людини.
22. Біологічне і соціальне у природі людини.
23. Індивід і особистість . Фізична цілісність людини.
24. Психічна цілісність людини.
25. Моральна цілісність людини.
26. Теоретичні основи функціонування системи „природа-суспільство".
27. Система потреб людини.
28. Екологічні аспекти філософії культури і моралі, етики, освіти і виховання.
29. Екологія бізнесу і ринку.
30. Сімейна, вікова і статева структура населення.
31. Антропогенний вплив на природу і стан здоров'я людей.
32. Забруднення повітряного середовища і стан здоров'я людей.
33. Забруднення водного середовища і стан здоров'я людей.
34. Стан ґрунтів і здоров'я людей.

35. Проблема збереження біорізноманіття і стан здоров'я людей.
36. Знищення лісів і стан здоров'я людей.
37. Пожежі і здоров'я людей.
38. Опустелювання і життєдіяльність людей.
39. Транспортні катастрофи і здоров'я людей.
40. Екологічні наслідки інженерно-технічних споруд.
41. Аварії на ядерних установках.
42. Елементи і характеристики екологічної свідомості.
43. Принципи екологічного гуманізму.
44. Етапи розвитку взаємовідносин людини та природи.
45. Актуальні екологічні проблеми в світі та Україні.
46. Визначальні риси екологізації.
47. Основні напрями екологізації людської діяльності. .
48. Екологізація науки.
49. Екологізація сільського господарства.
50. Екологізація духовно-практичної діяльності.
51. Основні екологічні і природоохоронні закони, екологічні правила.
52. Поняття про біосферу. Основні типи речовин біосфери за В. І. Вернадським.
53. Характеристика та основні екологічні функції живої речовини біосфери, атмосфери, літосфери, гідросфери. Біогеоценоз, поняття і структура. Види та критерії біоценозу.
54. Поняття забруднення, забрудників, екологічної кризи, екологічної катастрофи.
55. Екологічні проблеми, зумовлені забрудненням атмосфери (парниковий ефект, руйнування озонового шару, кислотні опади, смог).
56. Суть природокористування. Економіка природокористування, її основні завдання. Економічна оцінка природних ресурсів. Екологічні стандарти і нормативи.
57. Червона книги, Зелена книга України. Класифікація природно-заповідних територій.
58. Міжнародні організації з охорони навколишнього середовища та напрями їх діяльності.
59. Участь України в міжнародних організаціях та проектах з охорони навколишнього середовища.
60. Проблеми гармонійного розвитку України.

КОРОТКИЙ ТЕРМІНОЛОГІЧНИЙ СЛОВНИК

1. Абіотичні чинники (грец. а... – початкова частина слова із значенням заперечення і bios – життя) – сукупність неорганічних чинників фізичної або хімічної дії, які прямо чи опосередковано впливають на живі організми.
2. Адаптація (від лат. adaptio – пристосовую) – пристосування людини до різних умов природного середовища існування, особливо екстремальних.
3. Адаптивний тип – норма біологічної реакції на комплекс умов навколишнього середовища, що забезпечує стан рівноваги популяції з цим середовищем і виражається в морфофункціональних особливостях популяції.
4. Акліматизація – форма адаптації, пристосування організму до нових або змінених умов існування.
5. Алергенність (грец. alios – інший igenos – рід, походження) – підвищена чутливість організму до впливу певних агентів навколишнього середовища.
6. Алергія (грец. alios – інший і ergon – дія) – підвищена чутливість організму до дії різних подразників (алергенів), що обумовлює утворення в ньому антитіл.
7. Антропоєкологічна (грец. antropos – людина) безпека – сукупність умов, за яких досягається обмеження чи усунення шкідливого впливу будь-якого природного, антропогенного (технологічного), військового, біотехнічного, санітарно-епідеміологічного, соціального, економічного фактору чи процесу на життєдіяльність і здоров'я населення.
8. Антропоєкосистема (грец. antropos – людина, oikos – оселя і systems – утворення) – екосистема, в якій здійснюється життєдіяльність людини, соціальної групи.
9. Антропология – наука про походження і еволюцію людини, утворення людських рас.
10. Аридність (лат. aridus – сухий) – сухість клімату, що зумовлює нестачу вологи для життя організмів.
11. Асиміляція (лат. assimilatio – уподібнення) – перероблення і використання організмами речовин, що надходять з навколишнього середовища; злиття народів, за якого один народ сприймає мову, культуру, традиції і прийоми природокористування іншого.
12. Біогенний (грец. bios – життя і genes – народжений, який народжується) – той, що походить від живого організму і пов'язаний з ним.

13. Біогеоценоз (грец. bios – життя, geo – Земля і koinos – загальний) – стійка саморегульовальна екосистема, що об'єднує на основі обміну речовин і енергії сукупність живих організмів з неживими компонентами.
14. Біологічна адаптація (лат. adapto – пристосовую) – пристосування людини до умов середовища, яке сформувалося еволюційно і виражається зміною зовнішніх і внутрішніх особливостей організму під впливом мінливих умов середовища.
15. Біологічно активні добавки (БАД) – композиції натуральних чи ідентичних натуральним біологічно активних речовин, призначених для безпосереднього вживання з їжею чи внесення до складу харчових продуктів з метою збагачення раціону певними харчовими біологічно активними речовинами і їх комплексами.
16. Біоритми – циклічні коливання біологічних процесів і явищ.
17. Біосфера – ділянка поширення життя на Землі, склад, структура і енергетика якої визначаються минулою і сучасною діяльністю живих організмів; охоплює верхню населену організмами частину літосфери, гідросферу і тропосферу.
18. Біота (грец. biote – життя) – сукупність живих організмів, об'єднаних спільним регіоном поширення.
19. Викид аварійний – вимушений викид забруднюючих речовин у навколишнє середовище внаслідок порушення технологічного процесу або аварії.
20. Вібрація (лат. vibratio – коливання, тремтіння) – малі механічні коливання твердих тіл.
21. Відходи – залишки продуктів виробництва, побуту, транспорту у місцях їхнього утворення, що мають реальну або потенційну цінність як продукт для інших галузей або відновлення.
22. Вірус – мікроскопічна безклітинна частинка, утворена нуклеїновою кислотою (ДНК або РНК) і покрита захисною білковою оболонкою (капсидом).
23. Воля – психологічна діяльність людини, яка визначає цілеспрямованість у досягненні поставленої мети, контролює вчинки і вияви почуттів та емоцій, здатність до докладання внутрішніх зусиль.
24. Ген – молекулярний носій спадкових властивостей організму; є ділянкою молекули ДНК, що містить інформацію, необхідну для синтезу білка; займає певну позицію на хромосомі.
25. Генеалогія – сукупність відомостей про батьків і віддалених предків конкретної особи або групи особин; наука про споріднені зв'язки загалом.

26. Генерація – група особин, однаково родинно віддалених від спільних предків.
27. Генетика (грец. *genetikos* – той, що народжує) – наука про закони спадковості і мінливості організмів, що вивчає принципи зберігання, передавання і реалізації генетичної інформації.
28. Генетичний код – властивий усім живим організмам спосіб кодування амінокислотної послідовності білків за допомогою послідовності нуклеотидів'.
29. Генетичний моніторинг (лат. *monitor* – наглядач) – постійне спостереження за динамікою параметрів генетичного вантажу, онкологічною захворюваністю, іншими адаптивно-значущими ознаками.
30. Генотип – індивідуальний набір алелів.
31. Генофонд – закодована в молекулах ДНК генетична пам'ять популяції, що передається із покоління в покоління у процесі природного відтворення виду.
32. Генофонд популяції – найважливіший природний ресурс, на якому ґрунтується трудовий, інтелектуальний і культурний потенціал суспільства, а також здоров'я його членів.
33. Гігієна (грец. *hygieinos* – здоровий) – галузь медицини, яка вивчає вплив різноманітних чинників довкілля на здоров'я і працездатність людини.
34. Гомеостаз (грец. *homoios* – подібний і *stasis* – стояння) – здатність організму, популяції або системи організмів підтримувати динамічну рівновагу в змінних умовах середовища за допомогою скоординованих реакцій
35. Гормони (грец. *hormao* – рухаю, збуджую) – сигнальні хімічні речовини, що виділяються ендокринними залозами в кров і лімфу та є важливими біологічними регуляторами обміну речовин і функцій організму людини і тварини.
36. Деградація середовища – погіршення природного середовища існування людини, занепад соціальних і природних умов.
37. Демографія (грец. *demos* – народ і *grapho* – пишу) – суспільна наука про закономірності відтворення населення.
38. Демографічна поведінка – система взаємозалежних дій чи вчинків, спрямованих на зміну або збереження демографічного стану спільноти людей.
39. Депопуляція (лат. *de* – префікс на позначення зниження і *populus* – народ) – зменшення чисельності населення або тварин.
40. Духовність – органічне поєднання в громадянах і суспільстві таких чеснот, як чесність, любов, відвертість, щирість, доброта і доброзичливість,

безкорисливість, милосердя, працелюбство, любов до природи і дітей, повага до літніх людей та жінок, єдність (як необхідний атрибут, що перешкоджає розвитку протистояння між членами суспільства), а для віруючих людей – релігійних цінностей.

41. Еволюція (лат. *evolutio* – розвиток) – незворотний процес історичного розвитку живих організмів, природи, суспільства.
42. Екологічна (грец. *oikos* – оселя, середовище і *logos* – слово, вчення) етика – вчення про основи відносин людини з природою, заснованих на визнанні морального статусу природи, високій оцінці її цінностей, повазі до права на гармонійне існування усіх складових природних екосистем.
43. Екологічна культура – історично визначений рівень розвитку суспільства, творчих сил і здібностей людини, виражений у формах і типах організації життя та у створюваних людиною цінностях, якому властиве глибоке і загальне усвідомлення екологічних проблем і динаміки розвитку людства.
44. Екологічна ніша – сукупність усіх чинників середовища в ареалі, за яких можливе існування певного виду.
45. Екологічна освіта – система знань про глобальні умови існування живого, комплекс просвітницьких і педагогічних заходів для формування природоохоронної свідомості, а на її основі – мотивації до відповідної діяльності.
46. Екологічна свідомість – здатність розуміти нерозривний зв'язок людської спільноти з природою, залежність добробуту людей від цілісності і порівняної незмінності природного середовища.
47. Екологічне виховання – засвоєння людиною екологічних знань та екологічної етики для становлення її життєвої позиції.
48. Екологічний моніторинг – система спостережень, оцінювання і прогнозування змін стану біосфери або її компонентів внаслідок дії антропогенних чинників.
49. Екологічний ризик – рівень імовірності виникнення несприятливих для навколишнього середовища наслідків, пов'язаних із природними катастрофами, з функціонуванням екологічно небезпечних виробничих об'єктів чи ухваленням рішення про спорудження подібних об'єктів.
50. Екологія людини (антропоекологія) – міждисциплінарна наука, яка досліджує загальні закономірності взаємодії людини, популяції людей з довкіллям, вплив чинників зовнішнього середовища на функціонування людського організму, цілеспрямоване управління збереженням і поліпшенням здоров'я населення.
51. Екосистема – сукупність організмів і умов їх існування, що утворюють систему взаємозалежних явищ і процесів.

52. Експертиза екологічна – визначення відповідності нормам (стандартам) стану навколишнього середовища, а також потенційної господарської діяльності людини, яка впливає на нього і його компоненти.
53. Емоції (лат. *emovere* – збуджувати) – стани, процеси, що відображають безпосереднє, ситуативне переживання людиною свого ставлення до людей, їх дій, явищ навколишнього світу, до самої себе і своїх вчинків.
54. Етнос (грецьк. *ethnos* – народ, плем'я) – народ, стійка спільнота людей, що історично склалася на певній території, має відносно стабільні особливості культури (включаючи мову) і психіки, а також етнічну самосвідомість.
55. Екологічна політика – політика, спрямована на охорону й оздоровлення навколишнього середовища, раціональне використання і поновлення природних ресурсів, збереження і розвиток соціально-економічної сфери, що забезпечує нормальні умови життя й екологічну безпеку населення.
56. Етнічний характер – сукупність соціально-психологічних рис (почуттів, ціннісних і психологічних настанов, емоційно-вольових якостей), що властиві етносу на певному етапі розвитку, детерміновані соціально-економічними, історичними й географічними умовами існування та виявляються в культурі, традиціях, звичаях.
57. Життєвий потенціал – кількість років життя, яку має прожити особа чи група осіб у певному віці, розрахована за умови збереження наявного рівня щорічної смертності на основі таблиць смертності.
58. Забруднення – внесення в будь-яке середовище або виникнення в ньому нових нехарактерних для нього речовин, явищ, об'єктів будь-якої природи, які шкідливо впливають на живі організми.
59. Загальний коефіцієнт народжуваності – відношення кількості осіб, народжених живими, впродовж календарного року до середньорічної кількості населення (вимірюють в проміле).
60. Здібності – психофізіологічні властивості особистості, які виявляються у здатності забезпечувати успіх певної цілеспрямованої діяльності.
61. Землетрус – підземні поштовхи і коливання земної поверхні, що виникають внаслідок раптових зміщень і розривів в земній корі або верхній частині мантії і передаються на великі відстані пружними коливаннями.
62. Індекс розвитку людського потенціалу – усереднений інтегральний показник, який характеризує набуття людиною якісних ознак (тривалості життя, рівня освіти і реального ВВП на особу).
63. Інтоксикація (лат. *in* – префікс на позначення заперечення і грец. *toxikon* – отрута) – хворобливий стан організму, спричинений дією екзогенних токсинів (надходять ззовні) або шкідливих речовин ендogenousого

походження (виробляються в організмі).

64. Інтелект (лат. *intellectus* – розум, пізнання) – здатність комплексно осмислювати отримувану інформацію, доходячи логічних, правильних, самостійних висновків.
65. Імунітет (лат. *immunitatis* – звільнення від чогось) – здатність живих істот протистояти дії інфекційних агентів, зберігаючи свою діяльність і біологічну індивідуальність, захисна реакція організму.
66. Індивідуальне здоров'я – стан організму, за якого він здатний повноцінно виконувати свої функції, фізичне та духовне благополуччя, відсутність хворіб.
67. Канцероген (лат. *cancer* – рак і грец. *genês* – народжений) – хімічна речовина, вплив якої на організм людини за певних умов спричиняє розвиток злоякісних новоутворень.
68. Канцерогенність – властивість чинників оточуючого середовища самостійно чи в комплексі зумовлювати виникнення захворювань на рак.
69. Культура – соціальна система видів людської діяльності, що сформувалися на основі функціонально корисних для суспільства норм і цінностей і закріпилися в суспільній практиці і свідомості суспільства.
70. Людський розвиток – безперервний процес збільшення можливостей якісного і кількісного вибору, якому притаманні: можливість тривалий час вести здоровий спосіб життя, здобути освіту, доступ до ресурсів, необхідних для забезпечення нормального життєвого рівня.
71. Медична екологія – наука, що вивчає питання екології, пов'язані з морфологічними і генетичними формами адаптації людини до природно-антропологічного середовища.
72. Метаболізм (грец. *metabole* – зміна) – процес обміну речовин у живому організмі, клітині.
73. Метаболіти – речовини, що утворюються в клітинах, тканинах, органах тварин і людини у процесі обміну і беруть участь у процесах асиміляції і дисиміляції, що забезпечує їх ріст, розвиток, діяльність і життя загалом.
74. Мийні засоби – препарати, розчини яких слугують для видалення забруднювачів із різноманітних поверхонь.
75. Міграція (лат. *migratio* – переселення) – процес зміни постійного місця мешкання індивідів або соціальних груп, що виражається переміщенням в інший регіон, географічний район або країну.
76. Мораль екологічна – упорядкована сукупність спрямованих на збереження природи заборон, вимог, звичаїв, традицій у суспільстві, які закріплені в його культурі і в достатньо стабільному вигляді передаються від покоління до покоління.

77. Мутагени (лат. *muto* – змінюю і грец. *genês* – народжений) – фізичні, хімічні та інші чинники, які збільшують частоту мутацій.
78. Мутаційний процес (мутагенез) – утворення мутацій, що полягає у стрибкоподібних успадкованих змінах генетичного матеріалу (кількості або структури ДНК).
79. Мутація – раптова і різка зміна ознак організму, зумовлена зміною кількості і структури хромосом, структури окремого гена, яка передається спадково.
80. Мутації соматичні (грец. *soma* – тіло) – мутації, що відбуваються в соматичних клітинах і виявляються в осіб, які безпосередньо піддаються генотоксичному впливу; збільшують ризик онкологічних захворювань, активізуючи онкогени, знижують рівень імунного захисту, зменшують тривалість життя;
81. Мутації гаметичні (грец. *gametè* – жінка, *gametes* – чоловік) – мутації, що виникають у статевих клітинах, виявляються в потомстві і загрожують здоров'ю майбутніх поколінь, збільшуючи генетичний вантаж популяції.
82. Навантаження антропогенне – сукупність прямого і непрямого впливу людей та їх господарської діяльності на природу або її окремі екологічні компоненти.
83. Навколишнє середовище (довкілля) – сукупність абіотичних, біотичних і соціальних середовищ, які впливають на людину.
84. Наркоманія (грец. *nar̥kôtikos* – приголомшувальний і *mania* – безумство) – хворобливий потяг до вживання наркотичних речовин, що спричинює важкі порушення фізичних і психічних функцій організму.
85. Народонаселення – сукупність людей, що мешкають в межах конкретної території (континенту, країни, області та ін.) з урахуванням расово-етнічного і статевовікового складу.
86. Національний характер – комплекс типових якостей й психологічних особливостей етнічної групи, яка має спільні територію, мову, культуру, звичаї, символи, що вирізняють її серед сусідніх народів.
87. небезпека – природне та техногенне явище із прогнозованою або неконтрольованою загрозою виникнення небажаних подій у певний момент часу і в межах даної території, здатне нанести збиток здоров'ю людей, матеріальні збитки, руйнувати довкілля. небезпека визначається якісно.
88. Неоліт – новокам'яний вік (VII–III тис. до н. е.), завершальний період кам'яної доби в історії людини.
89. Нервова система – цілісна морфологічна і функціональна сукупність спеціалізованих утворень в організмах тварин і людини, що об'єднує

діяльність органів і систем організму і служить для сприйняття подразників.

90. Ноосфера (за В. Вернадським) – новий етап еволюції біосфери, на якому розумна людська діяльність є основним чинником еволюції біосфери.
91. Нуклеїнові (лат. *nucleus* – ядро) кислоти – високоспецифічні полімерні хімічні речовини, що відіграють основну роль у біосинтезі білка, передачі генетичної інформації.
92. Нуклід – вид атомів, що характеризується певним масовим числом, атомним номером і енергетичним станом їх ядер.
93. Обмін речовин – закономірний порядок перетворення речовин у живих системах, що є основою життя.
94. Органічна їжа – харчова продукція, вироблена без використання пестицидів, іонізуючої радіації, генетично модифікованих організмів (ГМО), мінеральних добрив чи гною для продуктів рослинництва; антибіотиків, гормональних препаратів, ГМО – для продуктів тваринного походження.
95. Період напіврозпаду – час, упродовж якого кількість ядер радіонукліда внаслідок спонтанних ядерних перетворень зменшується удвічі.
96. Популяція (лат. *populus* – народ) – сукупність особин одного виду, які живуть разом більш-менш тривалий час, займають певну територію (популяційний ареал), вільно схрещуються між собою і відносно ізольовані від інших популяцій виду.
97. Потреби – необхідність отримання певних благ для підтримання життєдіяльності людини (розвитку, здоров'я, активної творчості, відтворення) і задоволення її інтересів як особистості, яка належить до певної соціальної групи і суспільства.
98. Почуття – стійкі, сформовані емоційно забарвлені ставлення людини до себе, інших людей, своєї та їхньої діяльності, явищ, що відбуваються тощо.
99. Прагматизм (лат. *pragma* – справа, дія) – філософська течія, заснована на визнанні корисності як вирішальної цінності. Наполягає на тому, щоб духовність приносила практичні вигоди. Є одним із ідеологічних джерел антропоцентризму і ресурсизму.
100. Протирадіаційний захист – сукупність нормативно-правових, проектно-конструкторських, медичних, технічних та організаційних заходів, що підтримують радіаційну безпеку.
101. Радіаційна безпека (лат. *radiatio* – випромінювання) – стан радіаційно-ядерних об'єктів і навколишнього середовища, що забезпечує неперевикнення основних дозових лімітів, виключення будь-якого невинного опромінення та зменшення доз опромінення персоналу і

населення нижче за встановлені дозові ліміти, наскільки це можливо і економічно обґрунтовано.

102. Радіаційне ушкодження – повне або часткове ушкодження органів і тканин живого організму, екологічної системи дією радіоактивних речовин.
103. Радіаційний чинник (впливу) – будь-який тип радіаційного впливу, який призводить чи може призвести до опромінення людини або радіоактивного забруднення навколишнього середовища.
104. Радіоактивне забруднення – наявність або розповсюдження радіоактивних речовин понад їх природного вмісту в навколишньому середовищі та/чи у тілі людини.
105. Радіоекологія – розділ екології, що вивчає реакцію живих організмів і біологічних систем на вплив іонізуючого випромінювання.
106. Радіопротектори – радіозахисні речовини, введення яких в організм перед або під час дії іонізуючого випромінювання підвищує його радіостійкість.
107. Резистентність (лат. *resistens* – протидіючий) – стійкість організму (популяції, біоценозу) до впливу різноманітних чинників (хворіб, паразитів, пестицидів та ін.).
108. Рекреація (лат. *recreatio*, букв. – відновлення) – відновлення здоров'я і працездатності завдяки відпочинку на лоні природи.
109. Рекультивація (лат. *re* – префікс на позначення протилежної дії і *cultivo* – обробіток) – земель – комплекс заходів, спрямованих на відновлення продуктивності порушених земель, а також на поліпшення умов довкілля.
110. Ризик – усвідомлена небезпека виникнення подій з визначеними у просторі і часі небажаними наслідками. Ризик є кількісною величиною і визначається як добуток імовірності негативної події на величину можливого збитку від неї.
111. Ризик антропоекологічний – ступінь можливої небезпеки для життєдіяльності людей внаслідок стихійних лих, техногенних аварій і катастроф, діяльності екологічно шкідливих виробництв, а також розміщення житлово-комунальних, рекреаційних і сільськогосподарських об'єктів у зонах можливого екологічного неблагополуччя.
112. Ризик екологічний – рівень імовірності виникнення несприятливих для навколишнього середовища наслідків, пов'язаних з природними катастрофами, з функціонуванням екологічно небезпечних виробничих об'єктів чи ухваленням рішення про спорудження подібних об'єктів.
113. Рівень життя – інтегральний показник, що характеризує споживання населенням матеріальних та духовних благ і ступінь задоволення потреб у цих благах у певний момент розвитку суспільства.

114. Рівень здоров'я – сукупність усереднених демографічних, медикостатистичних, антропометричних, генетичних, фізіологічних, імунологічних, нервово-психічних ознак окремих людей, що становлять спільноту.
115. Селітебна зона – частина планувальної структури міста, яка включає житлові райони та мікрорайони, суспільно-торгові центри, вулиці, магістралі, об'єкти озеленення.
116. Система життєзабезпечення – взаємопов'язаний комплекс особливостей виробничої діяльності, демографічної структури та розселення, трудової кооперації, традицій споживання і поділу благ.
117. Смертність – частота випадків смерті у певній сукупності людей (населення регіону, країни, певної людської спільноти та ін.).
118. Спадковість – здатність живої матерії передавати потомству ознаки батьків.
119. Спосіб життя – сукупність типових видів життєдіяльності людських спільнот.
120. Стиль мислення – система інтелектуальних стратегій, прийомів, навичок і операцій, до якої особистість схильна через свої індивідуальні особливості (цінності, мотивації, інтелектуальні, професійні властивості).
121. Стихійне лихо – природне явище, яке характеризується стрімким розвитком і призводить до загибелі людей, руйнування об'єктів, створених людиною.
122. Стрес (англ. stress – напруга) – сукупність захисних фізіологічних реакцій, які виникають в організмі у відповідь на дію несприятливих зовнішніх чинників.
123. Суспільна екологічна свідомість – сукупність знань і уявлень людей про природне середовище, антропогенне навантаження на нього, рівень експлуатації ресурсів, реальне розуміння загроз, які виникають у ньому, і можливостей його захисту.
124. Творчість – діяльність, що породжує якісно новий продукт, який вирізняється неповторністю, оригінальністю, утилітарною або естетичною корисністю.
125. Темперамент (лат. temperamentum – устрій, узгодженість) – індивідуальний тип нервової системи, психіки людини, який виявляється в різноманітній діяльності, реакціях і вчинках людини.
126. Тератогенність (грец. *teras* (*teratos*) – потвора і *genesis* – походження) – порушення ембріонального розвитку, яке виявляється каліцтвом, зміною будови органів.

127. Тератогенез – формування аномалій і потворств в організмі внаслідок порушень ембріонального розвитку.
128. Тератогени – речовини, дія яких на організм спричинює аномалії в його розвитку, виникнення каліцтв.
129. Територія рекреаційна – ділянка суші або водної поверхні, призначена для відпочинку людей, відновлення їхнього здоров'я і працездатності.
130. Техносфера – сукупність створених цілеспрямованою діяльністю людини штучних і змінених нею природних об'єктів.
131. Токсикологія (грец. toxikon – отрута і logos – вчення) – наука, що вивчає отруйні, токсичні і шкідливі речовини, потенційну небезпеку їх впливу на організми і екосистеми, механізми токсичної дії, а також методи діагностики, профілактики і лікування захворювань, що розвиваються внаслідок такого впливу.
132. Токсини – отруйні продукти (поліпептиди і білки), що виділяються отруйними рослинами, бактеріями, вірусами, деякими отруйними тваринами для захисту від ворогів та їх умиротвіння.
133. Толерантність (лат. tolerans – терплячий) – спроможність організму переносити вплив певної лікарської речовини або отрути без проявів токсичного або терапевтичного ефекту.
134. Трофічний (грец. trophe – їжа) – рівень – сукупність організмів, об'єднаних типом живлення.
135. Ультразвук – коливання і хвилі, частота яких перевищує частоту звуку, що сприймає вухо (15-20 кГц).
136. Умови життя – сукупність необхідних для організму умов існування, елементів середовища, з яким він перебуває в нерозривній єдності і без яких не може існувати.
137. Умови природні – сукупність живих організмів, явищ, тіл природи, що існують незалежно від діяльності людини і впливають на інші живі організми, тіла, явища.
138. Утилізація (лат. utilis – корисний) відходів – вторинне використання відходів у технологічних або інших корисних цілях.
139. Урбанізація (лат. urbanus – міський) – процес підвищення ролі міст у розвитку суспільства, який супроводжується постійним збільшенням площі та чисельності населення.
140. Характер – індивідуальне поєднання найстійкіших властивостей особистості, що виявляються у звичних формах поведінки людини, її вчинках.
141. Хромосоми (грец. sôma – колір і sôma – тіло) – органоїди клітинного ядра, сукупність яких визначає основні спадкові властивості клітин і організмів.

142. Функціональні продукти – продукти, які містять у своєму складі фізіологічно (біологічно) активні інгредієнти, що заповнюють дефіцит незамінних складників у харчуванні людини, сприяють підтриманню і поліпшенню стану здоров'я і (чи) зниженню ризику виникнення певних хворіб чи розладів.
143. Штучна їжа – харчові продукти, одержані із різних харчових речовин (білків, амінокислот, ліпідів, вуглеводів), заздалегідь виділених з природної сировини або отриманих спрямованим синтезом із мінеральної сировини, з додаванням харчових добавок, вітамінів, мінеральних кислот, мікроелементів та ін.
144. Якість води – ступінь відповідності показників якості води потребам людей і/або технологічним вимогам.
145. Якість життя – комплексна характеристика економічних, політичних, соціальних та ідеологічних чинників, що визначають становище людини в суспільстві.
146. Якість повітря – ступінь відповідності фізико-хімічних і біологічних характеристик повітря потребам людини і технологічним вимогам.
147. Якість природного ресурсу – ступінь відповідності характеристик природного ресурсу потребам людини і технологічним вимогам.
148. Якість середовища – ступінь відповідності природних умов потребам людей або інших живих організмів.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Білявський Г. О., Бутченко Л. І., Навроцький В. М. Основи екології: теорія та практикум. Навч. пос. К. : 2002. – 352 с.
2. Бровдій В. М., Ерицайчук В. В., Бегека А. Д. Екологія людини. Харків, Ранок 1998. – 180 с.
3. Гончаренко М. С., Бойчук Ю. Д. Екологія людини: навчальний посібник / за ред. Н. В. Кочубей. – Суми: ВТД Університетська книга, 2008. 391 с.
4. Димань Т. М. Екологія людини: підручник /К.: ВЦ Академія, 2009. – 376 с.
5. Джигирей В. С. Екологія та охорона навколишнього природного середовища.: навч. пос. (для студентів вищих закладів). – К. : КОО т-ва Знання. 2000 с.
6. Залеський І. І., Клименко М. О. Екологія людини: підручник .– К.: Академія, 2005. – 288 с.
7. Злобін Ю. А. Основи екології. – К. Лібра, 1998. – 248 с.
8. Розанов В. А. Екологія людини (вибрані розділи): навчальний посібник для студентів-психологів. Одеса: ВМВ, 2010. – 208 с.

Додаткова література

1. Асламов Л., Вексларський Р., Комарський К. Пшеничний С. Проблеми та концептуальні ідеї екологічної освіти і виховання в Україні // Ойкумена. – 1994. – № 1–2.- С. 87–91.
2. Бойчук Ю. Д., Солошенко Е. М., Бугай О. В. Екологія і охорона навколишнього середовища: навчальний посібник. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 283 с.
3. Гончаренко М. С. Екологія людини / М. С. Гончаренко, Ю. Д. Бойчук – Суми-Київ, 2005. 394 с.
4. Данілова О. С., Щерблюк О. І. «Духовний потенціал та особистісні якості майбутніх фахівців-психологів (емпіричне дослідження на базі ОНУ імені І. І. Мечникова)» // науковий журнал «Габітус»(В). Випуск 13, Том 2, м. Одеса 2020. с. 38-41.
5. Данілова О. С., Лешинська Т. А. Психотерапевтичний ефект сакрального мистецтва на розвиток особистості в культурно-історичному генезисі // «Габітус» (В). Випуск 35, 2022. с.112–117.
<https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.23>
6. Данілова О. С., Лешинська Д. О. Психотерапевтичний ефект сакрального малюнка як домінанти бібліотерапії для психокорекції особистості в умовах сучасних реалій. // «Габітус»(В) Випуск 42.2022. – с. 137–142.
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.23>

7. Данілова О. С. Домінанта здорового життя Людини – Духовне виховання. «Гендерна конструкція соціуму: історія і сучасність: Збірник матеріалів всеукраїнської науково-практичної конференції (Одеса 15–16 травня 2019) С. 24–28.
8. Данілова О. С., О. І. Щерблюк «Духовний потенціал сучасної особистості скрізь гендерний аспект». «Гендерна конструкція соціуму: історія і сучасність: Збірник матеріалів всеукраїнської науково-практичної конференції (Одеса 15–16 травня 2019,) – С. 63–65.
9. Данілова О. С. «Духовне виховання і самовиховання скрізь Християнський аспект». Національна безпека України: актуальні проблеми та шляхи їх вирішення.// Збірник тез доповідей П'ята Всеукраїнської курсантсько-студентської науково-практичної конференції (14травня 2019 р.). – Одеса: Військова Академія, 2019. – 233 с.
10. Данілова О. С. Мендело В. В. «Феномен нецензурної лексики як розвиток духовної кризи сучасної молоді». ФОРУМ Особистість, суспільство, війна : тези доп. учасників міжнар. психол. форуму (м. Харків, Україна, 15 квіт. 2022 р.) / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Нац. поліція України та ін. – Харків : ХНУВС, 2022. 132 с.
11. Даценко І. І. Гігієна та екологія людини / І. І. Даценко – Л.: Афіша, 2000.
12. Димань Т. М. Екотрофологія. Основи екологічно безпечного харчування. / М. М. Барановський, Г. О. Білявський – Київ, Лібра – 2006. – 302 с.
13. Зубик, С. В. Техноекологія. Джерела забруднення і захист навколишнього середовища : [електронний посібник] / С. В. Зубик. - Л. : Оріяна-Нова, 2007. – 400 с. / [http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_bio/].
14. Основи екології та охорона навколишнього природного середовища: навчальний посібник для вузів / Я. І. Бедрій, В. С. Джигерей, А. І. Сидисюк та ін. – Львів: Світ, 2000. – 238 с.
15. Конвенція про біологічне різноманіття: громадська обізнаність та участь / під ред. Т. В. Гардашук .-К.: Стилос, 1997. –153 с.
16. Кордюм В. А. Еволюція и біосфера. – К.: Наук. Думка,1982. – 264 с.
17. Крисаченко В. С. Екологічна культура К. : Заповіт , 1996
18. Кучерявий В. П. Екологія. – Львів: Світ, 2010. – 500 с.
19. Микитюк О. М., Злотін О. З., Бровдій В. М., Ерицайчук В. В., Бегека А. Д. Екологія людини. Харків, Ранок , 1998. – 180 с.
20. Мороз С. А. Історія біосфери Землі: В 2 кн. –К.: Заповіт, 1996 – Кн. 2. – 422 с.
21. Мусієнко М. М. Серебряков В. В., Брайон О. В. Екологія. Охорона природи. – К.:Знання,2002.–550 с.
22. Назарук М. М. Основи екології та соціоекології. Львів, 1998.

23. Ольхович О. П., Мусієнко М. М. Фітоіндикація та фітомоніторинг. – К.: Фітосоціоцентр, 2005. – 64 с.
24. Сафранов Т. А. та ін. Антропогенне забруднення екологічного середовища та ґрунторослиницького покриву: навч. пос. – Одеса: ТЕС, 2013. – 260 с.
25. Сафранов Т. А. Екологічні основи природокористування. Навч. пос. – Львів: Новий світ – 2000, 2013 – 243 с.
26. Smokova, L. ., Zhylin, M. ., Mendelo, V. ., Kyrylishyna, M. ., & Danilova, O. . (2023). Socio-Psychological Factors in the Development of Emotional Intelligence of Drug Addicts. International Journal of Statistics in Medical Research, 12, 33–42. <https://doi.org/10.6000/1929-6029.2023.12.05>
27. Сухарев, С. М. Техноекологія та охорона навколишнього середовища : навч. посіб. для студ. ВНЗ / С. М. Сухарев, С. Ю. Чундак, О. Ю. Сухарева. – Л. : Новий Світ-2000, 2004. – 256 с. / [http://www.ecoleague.net/34903999-197.html].
28. Хижняк М. І., Нагорна А. М. Здоров'я людини та екологія К., 1995. – 232 с.

ЕЛЕКТРОННІ ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

1. Наукова бібліотека Одеського національного університету імені І. І. Мечникова URL: <http://lib.onu.edu.ua/>
2. Інтернет-бібліотеки: <http://www.psylib.kiev.ua/>, <http://www.psytopos.lviv>,
3. Реєстр наукових фахових видань України. <http://nfv.ukrintei.ua/>
4. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського. URL <http://www.nbuv.gov.ua/>
5. Національна парламентська бібліотека України- <http://nplu.org/>
6. Державна науково-педагогічна бібліотека України імені В. О. Сухомлинського – <http://www.dnpb.gov.ua/>
7. ROAR (Registry of Open Access Repositories) – доступ до репозитаріїв з усього світу <http://roar.eprints.org/>
8. Інформаційні ресурси. Експериментальна й нормативна база курсу екологія, Інтернет(www.google.com.ua/Екологія)
9. SPN (Social Psychology Network) – соціальна та навчальна мережа з психології. – <http://www.socialpsychology.org/>
10. Scientific Commons.org – забезпечує вільний доступ до наукових робіт різноманітної тематики, опублікованих та розташованих у відкритих архівах усього світу. <http://de.scientificcommons.org/>

Навчальне видання

ЕКОЛОГІЯ ЛЮДИНИ

ЕЛЕКТРОННІ МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

до практичних занять та самостійної роботи
для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
спеціальності 053 Психологія

Електронне практичне видання

Укладач:

Данілова Олена Сергіївна

В авторській редакції

Затвердж. авт. 28.08.2024. Шрифт Times New Roman.
Системні вимоги: операційна система сумісна з програмним забезпеченням
для читання файлів формату PDF.
Обсяг 0,8 МБ. Зам. № 2821.

Видавець і виготовлювач
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4215 від 22.11.2011 р.
65082, м. Одеса, вул. Університетська, 12, Україна
Тел.: (048) 723 28 39, e-mail: druk@onu.edu.ua