

УДК 504.75(075)

ББК 28.708.0я73

И 46

Автор-составитель:

*И. А. Ильиных* – к.б.н., старший преподаватель кафедры  
геоэкологии и природопользования географического  
факультета ГАГУ

Рецензенты:

*Т. И. Манаикова* – к.г.н., доцент кафедры геоэкологии  
и природопользования географического факультета ГАГУ  
*А. А. Колмарова* – д.б.н., профессор, зав. кафедрой биологии  
и химии БГПУ

**Ильиных И. А.**

И 46 Экология человека : курс лекций /  
И. А. Ильиных. Изд. 2-е, стер. – М.-Берлин:  
Директ-Медиа, 2020. – 138 стр.

ISBN 978-5-4499-0184-2

Пособие представляет собой сборник, в который включены лекции по дисциплине «Экология человека» на основе Государственного образовательного стандарта по подготовке студентов-географов. Предназначено для студентов, преподавателей, аспирантов, а также всех тех, кто интересуется проблемами экологии человека.

УДК 504.75(075)

ББК 28.708.0я73

ISBN 978-5-4499-0184-2

© Ильиных И. А., текст, 2020

© Издательство «Директ-Медиа», оформление, 2020

# Содержание

Предисловие .....	3
Лекция 1. Содержание, предмет и метод экологии человека .....	5
1. Место экологии человека в системе наук .....	5
2. Цели и задачи экологии человека .....	9
3. Определение дисциплины. Основные понятия экологии человека .....	9
4. Различные точки зрения на предмет экологии человека .....	11
5. Многообразие направлений в исследованиях по экологии человека .....	13
6. Методическая основа экологии человека .....	16
7. Географические методы, используемые в антропоэкологических исследованиях .....	18
Вопросы для самоконтроля .....	21
Вопросы для самостоятельной работы .....	21
Темы для дискуссий .....	21
Лекция 2. Формирование взглядов на проблему «человек и среда его обитания» .....	22
1. Взаимоотношения человека и природы .....	22
2. Научные концепции исследователей как предпосылки современной экологии человека .....	28
3. Начальный этап формирования и развития современной экологии человека .....	35
4. Экология человека на современном этапе .....	36
Вопросы для самоконтроля .....	38
Вопросы для самостоятельной работы .....	38
Темы для дискуссий .....	38
Лекция 3. Приспособление человека к окружающей среде .....	39
1. Понятие адаптации .....	39
2. Механизмы приспособления организма человека к окружающей среде .....	40
3. Адаптации человека, связанные с приспособлением к географическим условиям .....	46
4. Психо-социальная адаптация .....	49

Вопросы для самоконтроля.....	52
Вопросы для самостоятельной работы.....	52
Темы для дискуссий .....	53
Лекция 4. Воздействие природной среды на человека.....	54
1. Влияние климата и погоды на человека .....	54
2. Человек в экстремальных условиях.....	62
3. Человек в условиях избытка и недостатка химических элементов в природной среде.....	67
4. Природно-очаговые болезни .....	69
Вопросы для самоконтроля.....	72
Вопросы для самостоятельной работы.....	73
Темы для дискуссий .....	73
Лекция 5. Влияние состояния среды на здоровье и заболеваемость людей.....	75
1. Экологические аспекты здоровья и заболеваемости....	75
2. Связь показателей здоровья с загрязненностью окружающей среды.....	81
3. Специфические техногенные экопатологии .....	83
4. Радиационные поражения.....	91
5. Поражения, обусловленные физическим загрязнением.....	92
Вопросы для самоконтроля.....	94
Вопросы для самостоятельной работы.....	95
Темы для дискуссий .....	95
Лекция 6. Социальные аспекты экологии человека.....	98
1. Влияние социальных факторов на здоровье .....	99
2. Этническая экология.....	103
3. Демографическая информация в экологии человека .....	105
4. Урбанизация и здоровье населения.....	109
5. Изучение образа жизни и качества жизни населения в экологии человека .....	110
6. Вредные привычки. Алкоголизм. Наркомания. Курение .....	112
Вопросы для самоконтроля.....	116
Вопросы для самостоятельной работы.....	116
Темы для дискуссий .....	116
Лекция 7. Потребности людей.....	118

1. Структура потребностей .....	118
2. Биологические потребности .....	120
3. Психофизиологические механизмы возникновения потребностей .....	126
4. Социально-психологические и социальные потребности.....	128
5. Идеальные и экзистенциальные потребности.....	129
6. Экономические потребности .....	131
Вопросы для самоконтроля.....	133
Темы для дискуссий.....	134