

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета

Протокол № 9 от 30.08.2022 г.



*Бабанова С.Н.*

/Бабанова С.Н./

Утверждена

Приказ №123 от  
30.08.2022 г.

ИО директора  
школы

## АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету (курсу)

### Естествензнание

наименование предмета в соответствии с учебным планом

КЛАСС **9**

УРОВЕНЬ ОБРАЗОВАНИЯ

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ В ГОД **8 класс – 68 часов**

ГОД СОСТАВЛЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ **2022**

## **1. Планируемые предметные результаты.**

Учащиеся должны **знать**:

- название, элементарные функции и расположение основных органов в организме человека;
- о влиянии физической нагрузки на организм;
- нормы правильного питания;
- о вредном влиянии никотина, алкоголя и наркотиков на организм человека;
- названия специализации врачей, к которым можно обращаться за помощью;
- меры предупреждения сколиоза;
- свою группу крови и резус-фактор;
- норму кровяного давления;
- состояние своего зрения и слуха;
- санитарно-гигиенические правила.

Учащиеся должны **уметь**:

- применять приобретенные знания о функциях человеческого организма в повседневной жизни с целью сохранения и укрепления здоровья;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования;
- измерять температуру тела;
- оказывать доврачебную помощь при вывихах, порезах, кровотечениях, ожогах.

## **2. Содержание учебного предмета (с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности).**

### **ЧЕЛОВЕК**

**(66 ч в год, 2 ч в неделю)**

#### **Введение (1 ч)**

Роль и место человека в природе.

Значение знаний о своем организме и укреплении здоровья.

#### **Общее знакомство с организмом человека (2 ч)**

Краткие сведения о клетке и тканях человека.

Основные системы органов человека. Органы опоры и движения, дыхания, кровообращения, пищеварения, выделения, размножения, нервная система, органы чувств. Расположение внутренних органов в теле человека.

#### **Опора и движение (12 ч)**

##### **Скелет (6 ч)**

Значение опорных систем в жизни живых организмов: растений, животных, человека. Значение скелета человека. Развитие и рост костей. Основные части скелета: череп, скелет туловища (позвоночник, грудная клетка), кости верхних и нижних конечностей.

Череп.

Строение позвоночника. Роль правильной посадки и осанки человека. Меры предупреждения

искривления позвоночника. Грудная клетка и ее значение.

Кости верхних и нижних конечностей. Соединения костей: подвижные, полуподвижные, неподвижные.

Сустав, его строение. Связки и их значение. Растяжение связок, вывих сустава, перелом костей. Первая доврачебная помощь при этих травмах.

## **Практические работы**

Определение правильной осанки.

Изучение внешнего вида позвонков и отдельных костей (ребра, кости черепа, рук, ног).

Наложение шин, повязок.

## **Мышцы (6 ч)**

Движение — важнейшая особенность живых организмов (двигательные реакции растений, движение животных и человека).

Основные группы мышц в теле человека: мышцы конечностей, мышцы шеи и спины, мышцы груди и живота, мышцы головы и лица.

Работа мышц: сгибание, разгибание, удерживание. Утомление мышц.

Влияние физкультуры и спорта на формирование и развитие мышц. Значение физического труда в правильном формировании опорно-двигательной системы. Пластика и красота человеческого тела.

## **Наблюдения и практическая работа**

Определение при внешнем осмотре местоположения отдельных мышц.

Сокращение мышц при сгибании и разгибании рук в локте.

Утомление мышц при удерживании груза на вытянутой руке.

## **Кровообращение (11 ч)**

Передвижение веществ в организме растений и животных. Кровеносная система человека.

Кровь, ее состав и значение. Кровеносные сосуды. Сердце. Внешний вид, величина, положение сердца в грудной клетке. Работа сердца. Пульс. Кровяное давление. Движение крови по сосудам. Группы крови.

Заболевания сердца (инфаркт, ишемическая болезнь, сердечная недостаточность). Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.

Значение физкультуры и спорта для укрепления сердца. Сердце тренированного и нетренированного человека. Правила тренировки сердца, постепенное увеличение нагрузки.

Вредное влияние никотина, спиртных напитков, наркотических средств на сердечно-сосудистую систему. Первая помощь при кровотечении. Донорство — это почетно.

## **Наблюдения и практические работы**

Подсчет частоты пульса и измерение кровяного давления в спокойном состоянии и после дозированных гимнастических упражнений.

Обработка царапин йодом. Наложение повязок на раны.

Элементарное чтение анализа крови. Запись нормативных показателей РОЭ, лейкоцитов, тромбоцитов.

Измерение с помощью учителя кровяного давления.

Запись в «Блокноте на память» своей группы крови, резус-фактора, кровяного давления.

**Демонстрация** примеров первой доврачебной помощи при кровотечении.

## **Дыхание (6 ч)**

Значение дыхания для растений, животных, человека.

Органы дыхания человека: носовая и ротовая полости, гортань, трахея, бронхи, легкие.

Состав вдыхаемого и выдыхаемого воздуха. Газообмен в легких и тканях.

Гигиена дыхания. Необходимость чистого воздуха для дыхания. Передача болезней через воздух (пыль, кашель, чихание). Болезни органов дыхания и их предупреждение (ОРЗ, гайморит, тонзиллит, бронхит, туберкулез и др.).

Влияние никотина на органы дыхания.

Гигиенические требования к составу воздуха в жилых помещениях. Загрязнение атмосферы. Запыленность и загазованность воздуха, их вредное влияние.

Озеленение городов, значение зеленых насаждений, комнатных растений для здоровья человека.

### **Демонстрация опыта**

Обнаружение в составе выдыхаемого воздуха углекислого газа.

**Демонстрация** доврачебной помощи при нарушении дыхания (искусственное дыхание, кислородная подушка и т. п.).

### **Питание и пищеварение (8 ч)**

Особенности питания растений, животных, человека. Значение питания для человека. Пища растительная и животная. Состав пищи: белки, жиры, углеводы, вода, минеральные соли. Витамины. Значение овощей и фруктов для здоровья человека. Авитаминоз.

Органы пищеварения: ротовая полость, пищевод, желудок, поджелудочная железа, печень, кишечник.

Здоровые зубы — здоровое тело (строение и значение зубов, уход, лечение). Значение пережевывания пищи. Отделение слюны. Изменение пищи во рту под действием слюны. Глотание. Изменение пищи в желудке. Пищеварение в кишечнике.

Гигиена питания. Значение приготовления пищи. Нормы питания. Пища народов разных стран. Культура поведения во время еды.

Заболевания пищеварительной системы и их профилактика (аппендицит, дизентерия, холера, гастрит). Причины и признаки пищевых отравлений. Влияние вредных привычек на пищеварительную систему. Доврачебная помощь при нарушениях пищеварения.

### **Демонстрация опытов**

Обнаружение крахмала в хлебе, картофеле. Действие слюны на крахмал.

**Демонстрация** правильного поведения за столом во время приема пищи, умения есть красиво.

### **Выделение (3 ч)**

Роль выделения в процессе жизнедеятельности организмов. Органы образования и выделения мочи (почки, мочеточник, мочевого пузырь, мочеиспускательный канал).

Внешний вид почек, их расположение в организме человека. Значение выделения мочи.

Предупреждение почечных заболеваний. Профилактика цистита.

### **Практические работы**

Зарисовка почки в разрезе.

Простейшее чтение анализа мочи (цвет, прозрачность, сахар).

### **Размножение и развитие (9 ч)**

Особенности мужского и женского организма.

Культура межличностных отношений (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; доброе поведение; выбор спутника жизни; готовность к браку; планирование семьи).

Биологическое значение размножения. Размножение растений, животных, человека.

Система органов размножения человека (строение, функции, гигиена юношей и девушек в подростковом возрасте). Половые железы и половые клетки.

Оплодотворение. Беременность. Внутриутробное развитие. Роды. Материнство. Уход за новорожденным.

Рост и развитие ребенка.

Последствия ранних половых связей, вред ранней беременности. Предупреждение нежелательной беременности. Современные средства контрацепции. Аборт.

Пороки развития плода как следствие действия алкоголя и наркотиков, воздействий инфекционных и вирусных заболеваний.

Венерические заболевания. СПИД. Их профилактика.

## **Покровы тела (5 ч)**

Кожа и ее роль в жизни человека. Значение кожи для защиты, осязания, выделения пота и жира, терморегуляции.

Производные кожи: волосы, ногти.

Закаливание организма (солнечные и воздушные ванны, водные процедуры, влажные обтирания).

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, термических и химических ожогах, обморожении, поражении электрическим током.

Кожные заболевания и их профилактика (педикулез, чесотка, лишай, экзема и др.). Гигиена кожи. Угри и причины их появления. Гигиеническая и декоративная косметика. Уход за волосами и ногтями. Гигиенические требования к одежде и обуви.

## **Практическая работа**

Выполнение различных приемов наложения повязок на условно пораженный участок кожи.

## **Нервная система (5 ч)**

Строение и значение нервной системы (спинной и головной мозг, нервы).

Гигиена умственного и физического труда. Режим дня. Сон и его значение. Сновидения. Гигиена сна. Предупреждение перегрузок, чередование труда и отдыха.

Отрицательное влияние алкоголя, никотина, наркотических веществ на нервную систему.

Заболевания нервной системы (менингит, энцефалит, радикулит, невралгия). Профилактика травматизма и заболеваний нервной системы.

**Демонстрация** модели головного мозга.

## **Органы чувств (5 ч)**

Значение органов чувств у животных и человека.

Строение, функции и значение органов зрения человека. Болезни органов зрения, их профилактика. Гигиена зрения. Первая помощь при повреждении глаз.

Строение и значение органа слуха. Заболевания органа слуха, предупреждение нарушений слуха. Гигиена.

Органы осязания, обоняния, вкуса (слизистая оболочка языка и полости носа, кожная чувствительность: болевая, температурная и тактильная). Расположение и значение этих органов.

Охрана всех органов чувств.

**Демонстрация** муляжей глаза и уха.

## **3. Тематическое планирование**

№	Раздел, тема урока	Кол-во
---	--------------------	--------

п/п		часов
	<b>Введение, 1ч</b>	
1	Роль и место человека в природе. Значение знаний о своем организме и укреплении здоровья.	1
	<b>Общее знакомство с организмом человека, 2ч.</b>	
2	Строение клеток и тканей организма.	1
3	Основные системы органов человека. Расположение внутренних органов в теле человека.	1
	<b>Опора и движение, 12 ч.</b>	
4	Скелет человека. Его значение.	1
5	Состав и строение костей.	1
6	Соединение костей.	1
7	Череп.	1
8	Скелет туловища.	1
9	Скелет верхних и нижних конечностей.	1
10	Первая помощь при растяжении связок	1
11	Значение и строение мышц.	1
12	Основные группы мышц человека.	1
13	Работа мышц. Физическое утомление.	1
14	Предупреждение искривления позвоночника.	1
15	<b>Значение опорно-двигательной системы.</b>	1
	<b>Кровообращение, 11 ч</b>	
16	Значение крови и кровообращения.	1
17	Состав крови.	
18	Органы кровообращения. Сосуды.	1
19	Органы кровообращения. Сердце и его работа.	
20	Большой круг кровообращения.	1
21	Малый круг кровообращения	1
22	Сердечно-сосудистые заболевания.	1
23	Значение физкультуры и спорта для укрепления сердца. Правила тренировки сердца, постепенное увеличение нагрузки	
24	Вредное влияние никотина, алкоголя на сердечно-сосудистую систему	1
25	Первая помощь при кровотечениях.	1
26	Донорство	
	<b>Дыхание, 6ч</b>	
27	Дыхание. Значение дыхания.	1
28	Органы дыхания. Их строение и функции.	1
29	Газообмен в легких и тканях	1
30	Гигиена дыхания.	1
31	Болезни органов дыхания	1
32	Влияние никотина на органы дыхания	1
	<b>Пищеварение, 8 ч.</b>	
33	Значение питания. Пищевые продукты.	1
34	Питательные вещества	1
35	Витамины.	1
36	Органы пищеварения	1
37	Ротовая полость. Зубы.	1
38	Изменение пищи в желудке	1
39	Изменение пищи в кишечнике.	1
40	Гигиена питания.	1

41	Уход за зубами и ротовой полостью.	1
42	Предупреждение желудочно-кишечных заболеваний.	1
43	Предупреждение инфекционных заболеваний и глистных заражений	1
44	Пищевые отравления.	1
45	Влияние вредных привычек на пищеварительную систему	1
	<b>ВЫДЕЛЕНИЕ, 3 ч.</b>	
41	Роль выделения в процессе жизнедеятельности организмов. Органы образования и выделения мочи (почки, мочеточник, мочевого пузыря, мочеиспускательный канал)	1
42	Внешний вид почек, их расположение в организме человека. Значение выделения мочи.	1
43	Предупреждение почечных заболеваний. Профилактика цистита.	1
	<b>РАЗМНОЖЕНИЕ И РАЗВИТИЕ, 9ч.</b>	
44	Особенности мужского и женского организмов	1
45	Культура межличностных отношений (Дружба и любовь. Культура поведения влюбленных, добрачное поведение. Выбор спутника жизни. Готовность к браку. Планирование семьи)	1
46	Биологическое значение размножения. Размножение растений, животных, человека	1
47	Система органов размножения человека (строение, функции, гигиена юношей и девушек в подростковом возрасте). Половые железы и половые клетки	1
48	Оплодотворение. Беременность. Внутриутробное развитие. Роды. Материнство. Уход за новорожденным.	1
49	Рост и развитие ребенка	1
50	Последствия ранних половых связей, вред ранней беременности. Предупреждение нежелательной беременности. Современные средства контрацепции. Аборт.	1
51	Пороки развития плода как следствие действия алкоголя и наркотиков, воздействий инфекционных и вирусных заболеваний.	1
52	Венерические заболевания. СПИД их профилактика	1
	<b>Покровы тела, 5 ч.</b>	
53	Кожа и её роль в жизни человека.	1
54	Волосы и ногти. Уход за ними.	1
55	Закаливание организма.	
56	Первая помощь при тепловых и солнечных ударах, ожогах и обморожении, поражении электрическим током.	1
57	Кожные заболевания и их профилактика (педикулез, чесотка, лишай, экзема и др.) Гигиена кожи. Угри и причины их появления. Гигиеническая и декоративная косметика. Уход за волосами и ногтями. Гигиенические требования к одежде и обуви	1
	<b>Нервная система, 5ч</b>	
58	Строение и значение нервной системы (спинной и головной мозг, нервы)	1
59	Гигиена умственного и физического труда. Режим дня	1
60	Сон и его значение. Сновидения. Гигиена сна	1
61	Отрицательное влияние алкоголя, никотина наркотических веществ на нервную систему	1
62	Заболевания нервной системы (менингит, энцефалит, радикулит, невралгия). Профилактика травматизма и заболеваний нервной системы .	1
	<b>Органы чувств, 5ч.</b>	
63	Значение органов чувств у животных и человека	
64	Строение, функции и значение органов зрения человека. (болезни органов зрения, их профилактика. Гигиена зрения. Первая помощь при повреждении	1

	глаз)	
65	Строение и значение органа слуха. (Заболевания органа слуха, предупреждение нарушений слуха. Гигиена.)	1
66	Органы осязания, обоняния, вкуса (слизистая оболочка языка и полости носа, кожная чувствительность: болевая, температурная и тактильная). Расположение и значение этих органов	1
67	Охрана здоровья человека	1
68	Подготовка к контрольной работе по итогам года.	
69	Контрольная работа	
70	Анализ контрольной работы. Итоги года.	