

**РАССМОТРЕНА**  
на заседании педагогического совета  
Протокол от «31» августа 2023г.  
№ 1

**УТВЕРЖДЕНА:**  
Приказом от «31» августа 2023г.  
№ 108

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ «ЛАРЬЯНСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ, РЕАЛИЗУЮЩАЯ  
АДАптиРОВАННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**обучения на дому**  
по предмету  
**«Естествознание»**  
**9 класс**  
**(надомное обучение)**

2023г.

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа по естествознанию составлена на основе Программы для специальных (коррекционных) образовательных учреждений 8 вида:

5 – 9 класс, под редакцией И. М. Бгажноковой - М.: Просвещение, 2011.

### **Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета Естествознание**

Минимальный уровень:

представление об объектах и явлениях неживой и живой природы, организма человека; знание особенностей внешнего вида изученных растений и животных, узнавание и различение изученных объектов в окружающем мире, моделях, фотографиях, рисунках; знание общих признаков изученных групп растений и животных, правил поведения в природе, техники безопасности, здорового образа жизни в объеме программы; выполнение совместно с учителем практических работ, предусмотренных программой; описание особенностей состояния своего организма; знание названий специализации врачей; применение полученных знаний и сформированных умений в бытовых ситуациях (уход за растениями, животными в доме, измерение температуры тела, правила первой доврачебной помощи).

Достаточный уровень:

представление об объектах неживой и живой природы, организме человека; осознание основных взаимосвязей между природными компонентами, природой и человеком, органами и системами органов у человека; установление взаимосвязи между средой обитания и внешним видом объекта (единство формы и функции); знание признаков сходства и различия между группами растений и животных; выполнение классификаций на основе выделения общих признаков; узнавание изученных природных объектов по внешнему виду (натуральные объекты, муляжи, слайды, рисунки, схемы); знание названий, элементарных функций и расположения основных органов в организме человека; знание способов самонаблюдения, описание особенностей своего состояния, самочувствия, знание основных показателей своего организма (группа крови, состояние зрения, слуха, норму температуры тела, кровяного давления); знание правил здорового образа жизни и безопасного поведения, использование их для объяснения новых ситуаций; выполнение практических работ самостоятельно или при предварительной (ориентировочной) помощи педагогического работника (измерение температуры тела, оказание доврачебной помощи при вывихах, порезах, кровотечении, ожогах); владение сформированными знаниями и умениями в учебных, учебно-бытовых и учебно-трудовых ситуациях.

## **Содержание программы**

### **Введение (2 ч)**

Роль и место человека в природе.

Значение знаний о своем организме и укреплении здоровья. Место человека среди млекопитающих.

### **Общий обзор организма 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.

### **Опорно- двигательная система (14 ч)**

#### **Скелет (7 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 (7 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.

### **Кровь и кровообращение (9 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.

Запись в «Блокноте на память» своей группы крови, резус-фактора, кровяного давления.  
**Демонстрация** примеров первой доврачебной помощи при кровотечении.

### **Дыхательная система(4ч)**

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.).

### **Пищеварительная система (13 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.

### **Мочевыделительная система (2 ч)**

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

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

Предупреждение почечных заболеваний. Профилактика цистита.

### **Кожа (6ч)**

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 (6 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 (6 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.

### **Охрана здоровья человека в Российской Федерации (2ч)**

Охрана здоровья человека: что такое гигиена, здоровый образ жизни; условия окружающей среды и плохая медицинская помощь, их воздействие на здоровье человека; как сохранить и поддерживать здоровье.

Система учреждений здравоохранения в Российской Федерации: поликлиники, больницы, медицинские центры, диспансеры, санатории.

### **Учебно-тематический план**

<b>№ п/п</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Количество часов</b>
<b>1</b>	Введение	2
<b>2</b>	Общий обзор организма человека	2
<b>3</b>	Опорно- двигательная система	14
<b>4</b>	Кровь и кровообращение	9
<b>5</b>	Дыхательная система	4

<b>6</b>	Пищеварительная система	13
<b>7</b>	Мочевыделительная система	2
<b>8</b>	Кожа	6
<b>9</b>	Нервная система	6
<b>10</b>	Органы чувств	6
<b>11</b>	Повторение	4
	Итого	68

### Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем	Час	Дата
1.	Что изучают науки анатомия, физиология, гигиена.	1	
2.	Место человека среди млекопитающих.	1	
3.	Строение клеток и тканей организма.	1	
4.	Органы и системы органов человека.	1	
5.	«Общий обзор организма человека». Скелет человека. Его значение. Части скелета.	1	
6.	Состав и строение костей.	1	
7.	Соединение костей.	1	
8.	Череп.	1	
9.	Скелет туловища.	1	
10.	Скелет верхних конечностей.	1	
11.	Скелет нижних конечностей.	1	
12.	Первая помощь при растяжении связок, переломах костей, вывихах суставов. Практическая работа «Изучение внешнего вида позвонков и отдельных костей (ребра, кости черепа, рук, ног). Наложение шин, повязок.	1	
13.	Значение и строение мышц.	1	
14.	Основные группы мышц человека.	1	
15.	Работа мышц. Физическое утомление. Опыты, демонстрирующие статическую и динамическую нагрузку на мышцы.	1	

16.	Предупреждение искривления позвоночника. Плоскостопие.	1	
17.	Значение опорно-двигательной системы. Роль физических упражнений в её формировании.	1	

18.	2 четверть 15ч Повторение раздела «Опорно-двигательная система»	1	
19.	Значение крови и кровообращения.	1	
20.	Состав крови. Л/Р	1	
21.	Органы кровообращения. Сосуды.	1	
22.	Органы кровообращения. Сердце и его работа.	1	
23.	Лабораторная работа: «Подсчёт частоты пульса».	1	
24.	Большой и малый круги кровообращения.	1	
25.	Сердечно-сосудистые заболевания и их предупреждение.	1	
26.	Первая помощь при кровотечениях.	1	
27.	Повторение раздела «Кровеносная система»	1	
28.	Дыхание. Значение дыхания. Органы дыхания. Их строение и функции.	1	
29.	Газообмен в лёгких и тканях. Демонстрация опыта, обнаруживающего углекислый газ в выдыхаемом воздухе.	1	
30.	Гигиена дыхания.	1	
31.	Болезни органов дыхания и их предупреждение.	1	
Проверочная работа за 2 четверть			
32.	3 четверть Значение питания. Пищевые продукты.	1	
33.	Питательные вещества. Демонстрация опытов «Обнаружение крахмала в хлебе и картофеле; белка и крахмала в пшеничной муке».	1	
34.	Витамины.	1	
35.	Органы пищеварения.	1	
36.	Ротовая полость. Зубы. Демонстрация опыта «Действие слюны на крахмал».	1	
37.	Изменение пищи в желудке. Демонстрация опыта «Действие желудочного сока на белки».	1	
38.	Изменение пищи в кишечнике. Печень.	1	
39.	Гигиена питания.	1	
40.	Уход за зубами и ротовой полостью.	1	

41.	Предупреждение желудочно-кишечных заболеваний.	1	
42.	Предупреждение инфекционных заболеваний и глистных заражений.	1	
43.	Пищевые отравления.	1	
44.	Повторение раздела «Пищеварительная система»	1	
45.	Почки – органы выделения.	1	
46.	Предупреждение почечных заболеваний.	1	
47.	Контрольная работа.	1	
48.	Кожа и её роль в жизни человека.	1	
49.	Волосы и ногти. Уход за волосами и ногтями. Уход за кожей.	1	
50.	Закаливание организма.	1	
51.	Первая помощь при тепловых и солнечных ударах. Контрольная за 3 четверть	1	

52.	<b>4 четверть</b> Первая помощь при ожогах и обморожениях.	1	
53.	Головной и спинной мозг.	1	
54.	Нервы.	1	
55.	Значение нервной системы.	1	
56.	Режим дня, гигиена труда.	1	
57.	Сон и его значение.	1	
58.	Вредное влияние спиртных напитков и курения на нервную систему.	1	
59.	Орган зрения.	1	
60..	Гигиена зрения.	1	
61.	Орган слуха.	1	
62.	Гигиена слуха.	1	
63.	Орган обоняния.	1	
64.	Орган вкуса.	1	
65.	«Органы чувств». Охрана здоровья человека.	1	
66.	Годовая к/р	1	
67-68	Повторение	2	