

РАССМОТРЕНО

на заседании  
педагогического  
совета

протокол № 9 от «30»  
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

и.о.директора\_

С.Н.Бабанова

приказ № 146  
от «30» августа 2023 г. г.



## АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету (курсу)

### Естествознание

наименование предмета в соответствии с учебным планом

КЛАСС **9**

УРОВЕНЬ  
ОБРАЗОВАНИЯ

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ В ГОД **9 класс – 68**

ГОД СОСТАВЛЕНИЯ РАБОЧЕЙ  
ПРОГРАММЫ

**2023**

## 1. Планируемые предметные результаты.

### Основные требования к знаниям и умениям учащихся.

#### *Учащиеся должны знать:*

- названия, строение и расположение основных органов организма человека;
- влияние физических нагрузок на организм;
- нормы правильного питания
- вредное влияние курения и алкогольных напитков на организм;
- специализации врачей, к которым можно обратиться за помощью;
- меры предупреждения сколиоза;
- свою группу крови и резус-фактор;
- норму кровяного давления;
- состояние своего зрения и слуха;
- основные санитарно – гигиенические правила.

#### *Учащиеся должны уметь:*

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

## 2. Содержание учебного предмета

### **Введение**

Место человека среди млекопитающих в живой природе.

### **Общий обзор организма человека**

#### **Опора тела и движение**

Состав и строение костей. Основные группы мышц человеческого тела.

#### **Кровь и кровообращение**

Органы кровообращения: сердце и сосуды. Первая помощь при кровотечениях.

#### **Дыхание**

Органы дыхания. Газообмен в лёгких и тканях. Необходимость чистого воздуха для дыхания.

#### **Пищеварение**

Органы пищеварения. Гигиена питания и предупреждение желудочно – кишечных заболеваний.

#### **Почки**

Органы мочевыделительной системы, их значение. Предупреждение почечных заболеваний.

#### **Кожа**

Кожа человека и её значение как органа защиты организма. Профилактика и первая помощь при тепловом и солнечных ударах, ожогах и обморожении.

#### **Нервная система**

Строение и значение нервной системы.

#### **Органы чувств**

Значение органов чувств. Строение, функции, гигиена органов зрения, слуха, обоняния, вкуса.

### **Охрана здоровья человека в Российской Федерации.**

# 1. 3. Тематическое планирование

2.

| №<br>п/п | Раздел, тема урока                                                                                              | Кол-во<br>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       | Значение опорно-двигательной системы.                                                                           | 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,                                                                                                     | 1 |

|    |                                                                                                                                                                                |   |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|    | 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         |   |
|    | <b><i>Нервная система, 5ч</i></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><i>Органы чувств, 5ч.</i></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 глаз)                            | 1 |
| 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 |

3.

4.

