

Администрация Армизонского муниципального района

МАОУ Южно - Дубровинская средняя общеобразовательная школа

ул. Береговая дом 8 с. Южно-Дубровное, Армизонский район, Тюменская область 627234 тел.(834547) 37-2-68, факс (834547) 37-2-68

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании ШМО  
« 30 » 08 2022 г.  
Протокол № 1

**СОГЛАСОВАНО**  
Заместитель директора по УВР  
Рел /Михайлова С.Г./  
« 31 » 08 2022 г.



Рабочая программа  
По адаптированной основной программе  
образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)  
в условиях общеобразовательного класса

Наименование учебного предмета «Биология»  
Класс 9  
Уровень основного общего образования  
Учитель Плоских Анна Генриховна  
Срок реализации программы 2022-2023 учебный год  
Количество часов по учебному плану всего 34 часов в год; в неделю 1 час

Рабочую программу составил Плоских Анна Генриховна

## Пояснительная записка.

Рабочая программа по биологии разработана в соответствии АООП МАОУ Южно-Дубровинской СОШ и на основе нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Адаптированной основной образовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
3. Учебный план МАОУ Южно-Дубровинской СОШ на 2022-2023 учебный год.
4. Годового календарного учебного графика МАОУ Южно-Дубровинской СОШ на 2022-2023 учебный год.
5. Приказа Министерства образования и науки РФ от 20.05.2020г. № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность».
6. Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида, 5-9 классы, под редакцией В.В.Воронковой. М.(Москва, «Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2011 год.

**Целью данной программы** является использование процесса обучения биологии для повышения уровня общего развития учащихся с ограниченными возможностями здоровья и коррекции недостатков их познавательной деятельности и личностных качеств.

**Реализовать данную цель можно будет через решение следующих задач:**

- 1) сообщение учащимся общих сведений об организме человека и его здоровье;
- 2) проведение через весь курс экологического воспитания (рассмотрения окружающей природы как комплекса условий, необходимых для жизни людей);
- 3) привитие навыков, способствующих сохранению и укреплению здоровья человека.
- 4)развивать ключевые компетенции учащихся (коммуникативные, информационные, кооперативные и др.)
- 5) развивать любознательность, научное мировоззрение

### 1. **Общая характеристика учебного предмета с учётом особенности его освоения обучающимися**

В программе 9 класса предусматривается сообщение элементарных сведений о строении и жизнедеятельности основных органов и в целом организма человека. Учащиеся знакомятся с ними и с теми условиями, которые благоприятствуют или вредят нормальной его жизнедеятельности. В связи с изучением деятельности организма человека учащимся сообщаются сведения о том, как важно правильно питаться, соблюдать требования гигиены, как уберечь себя от заразных болезней; какой вред наносят курение, употребление спиртных напитков, а также токсикомания.

## 2. Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно учебного плана МАОУ Южно-Дубровинской СОШ на изучение учебного предмета «Биология» в 9 классе отводится 1 час в неделю, 34 часа в год

## 3. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

### Личностные результаты:

- 1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- 2) воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 3) сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- 6) владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- 7) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 8) принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 9) сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 11) развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально- нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- 12) сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- 13) проявление готовности к самостоятельной жизни.

### Предметные результаты:

#### Минимальный уровень:

- представления об объектах и явлениях неживой и живой природы, организма человека;
- узнавание и различение изученных объектов в окружающем мире, моделях, фотографиях, рисунках;
- знание общих 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 (измерение температуры тела, правила первой доврачебной помощи).

#### Достаточный уровень:

- представления 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);
- 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 педагога (измерение температуры тела, оказание доврачебной помощи при вывихах, порезах, кровотечении, ожогах);
- владение сформированными знаниями и умениями в учебных, учебно- бытовых и учебно-трудовых ситуациях.

#### **4. Содержание учебного предмета.**

Роль и место человека в природе. Значение знаний о своем организме и укреплении здоровья.

##### **Общее знакомство с организмом человека**

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**

##### ***Скелет человека***

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.***

***Скелет туловища.*** 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***

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

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

### Дыхание

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

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

*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.

**Практические работы.** Зарисовка почки в разрезе.

Простейшее чтение с помощью учителя результатов анализа мочи (цвет, прозрачность, сахар).

## Размножение и развитие

*Особенности* мужского и женского организма.

*Культура межличностных отношений* (дружба и любовь; культура поведения влюбленных; добрачное 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**

*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**

*Значение и строение нервной системы (спинной и головной мозг, нервы).*

*Гигиена умственного и физического труда. Режим дня. Сон и 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**

*Значение органов чувств у животных и человека.*

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

*Орган слуха человека. Строение и значение. 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.*

## 5. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся

№ п/п	Тема урока	Виды деятельности	Количество часов
1	<b>Раздел 1. Введение.</b>		1
2	<b>Раздел 2.Общее знакомство с организмом человека</b> Строение клеток и тканей организма. Органы и системы органов человека	<b>Называть</b> предмет изучения анатомии, физиологии и гигиены, методы изучения организма человека, их значение, органоиды клетки, основные группы тканей, органы и системы органов <b>Раскрывать:</b> Социальные и биологические черты человека.. <b>Объяснять:</b> роль биологии в практической деятельности. <b>Сравнивать:</b> человека с представителями класса Млекопитающих и отряды Приматы и делать выводы, ткани человека и делать выводы. <b>Осуществлять</b> поиск информации по заданной теме из различных ее носителей (материалы СМИ, учебный текст и другие адаптированные источники); Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.	1
3	<b>Раздел 3. Опора тела и движение — 5 часов.</b> Скелет человека. Его значение. Основные части скелета.	<b>Называть:</b> отделы скелета, особенности строения скелета человека, поясов и свободных конечностей, функции опорно-двигательной системы, части и состав кости, типы соединения костей, типы мышц.	1
4	Состав и строение костей. Соединение костей	<b>Характеризовать</b> строение отделов скелета человека, расположение мышц и их работу, нарушения опорно-двигательной системы, развитие опорно-двигательной системы, значение тренировки мышц двигательной активности.	1
5	Череп. Скелет туловища.Скелот верхних и нижних конечностей.		1
6	Первая помощь при растяжении связок, переломах костей, вывихах суставов.		1
7	<b>Раздел 3.Мышцы.</b> Значение и строение мышц. Основные группы мышц человеческого тела.	<b>Распознавать</b> на таблицах части скелета человека, поясов и свободных конечностей, основные группы мышц.	1

8	Работа мышц. Физическое утомление	<b>Распознавать</b> на рисунке или макете скелета человека его отделы и расположение мышц. <b>Отличать</b> кости разных отделов скелета. <b>Устанавливать</b> взаимосвязь: между строением и функциями скелета.	1
9	Предупреждение искривления позвоночника и развития плоскостопия. Значение опорно-двигательной системы. Роль физических упражнений в её формировании.		1
10	<b>Раздел 4. Кровь и кровообращение — 6 часов.</b> Значение крови и кровообращения. Состав крови (клетки красные, белые), плазма крови. . <b>Лабораторная работа №1</b> <b>«Микроскопическое строение крови»</b>	<b>Называть</b> внутреннюю среду организма, элементы крови, виды иммунитета, группу крови, кровеносные сосуды, органы лимфатической системы. <b>Узнавать</b> по рисункам и таблицам изображения кругов кровообращения крови, отделы сердца, типы сосудов, типы клеток крови типы кровотоков. <b>Характеризовать</b> строение сердца человека, круги кровообращения, клетки крови и их особенности строения и функции. <b>Описывать:</b> работу сердца, транспорт веществ, роль гормонов в организме. <b>Использовать</b> приобретенные знания при оказании первой помощи. <b>Устанавливать</b> взаимосвязь между строением и функциями сердца, крови, и кровеносных сосудов <b>Объяснять</b> роль червей в жизни человека и в природе, меры профилактики заражения, роль дождевого червя в почвообразовании. <b>Доказывать</b> усложнение строения плоских червей по сравнению с кишечнополостными. <b>Сравнивать</b> особенности строения и функций кровеносных сосудов, состава частей внутренней среды организма человека, особенности групп крови и их совместимости.	1
11	Органы кровообращения. Сосуды. Сердце, его строение и работа. . <b>Лабораторная работа №2</b> <b>«Измерение кровяного давления. Подсчёт ударов пульса в покое и при физической нагрузке» (выполняется дома)</b>		1
12	Большой и малый круги кровообращения.		1
13	Сердечно - сосудистые заболевания и их предупреждение. Первая помощь при кровотечениях		1
14	<b>Раздел 5. Дыхание - 4 ч</b> Дыхание. Значение дыхания. Органы дыхания. Их строение и	<b>Называть:</b> органы дыхательной системы, заболевания органов дыхания, приемы оказания первой помощи.	1

	функции.	<b>Распознавать:</b> органы дыхательной системы на рисунках и макетах..	1
15	Газообмен в лёгких и тканях		
16	Болезни органов дыхания и их предупреждение. Гигиена дыхания.	<b>Характеризовать:</b> сущность дыхательного процесса, транспорт веществ. <b>Использовать</b> приобретенные знания для соблюдения мер профилактики инфекционных и простудных заболеваний. <b>Устанавливать</b> взаимосвязь между строением и функциями органов дыхания.,дыхания и кровообращения.	1
17	<b>Раздел 6. Пищеварение - 5 ч.</b> Значение питания. Пищевые продукты	<b>Называть:</b> питательные вещества и пищевые продукты, органы пищеварительной системы.	1
18	Питательные вещества.Витамины.	<b>Объяснять:</b> роль питательных веществ.	1
19	Органы пищеварения.Ротовая полость.Зубы.	Характеризовать: сущность питания и пищеварения, роль ферментов.	1
20	Изменение пищи в желудке, кишечнике. Печень	<b>Распознавать:</b> на таблицах органы пищеварительной системы.	1
21	Гигиена питания . Уход за зубами и ротовой полостью. Предупреждение желудочно-кишечных, инфекционных и глистных заболеваний. Пищевые отравления.	<b>Использовать</b> приобретенные знания профилактика заболеваний, вредных привычек, первая помощь при отравлении. <b>Устанавливать</b> взаимосвязь между строением и функциями органов пищеварения	1
22	<b>Раздел 7. Почки – 1 ч.</b> Почки-органы выделения. Предупреждение почечных заболеваний.	<b>Называть:</b> органы мочевыделительной системы, строение кожи, функции кожи, основные группы витаминов.	1
23	<b>Раздел 10. Кожа – 2 ч.</b> Кожа и её роль в жизни человека. Уход за кожей. Волосы и ногти. Уход за волосами и ногтями	<b>Характеризовать:</b> сущность обмена веществ, роль витаминов, процесса выделения, роль кожи в обмене веществ. <b>Распознавать:</b> на таблицах основные органы выделительной системы, структурные компоненты кожи,	1
24	Закаливание организма. Первая помощь при тепловом и солнечном ударах, ожогах, обморожении.	<b>Использовать</b> приобретенные знания в профилактике заболеваний. <b>Устанавливать</b> взаимосвязь между строением и функциями органов мочевыделительной системы, между строением и функциями кожи.	1

25-26	<b>Раздел 11. Нервная система - 3 часа</b> Головной и спинной мозг. Нервы. Значение нервной системы.	<p><b>Называть:</b> строение нервной системы и отделы, строение спинного мозга, головного мозга.</p> <p><b>Различать:</b> железы внешней и внутренней секреции, функции соматической и вегетативной н.с.</p> <p><b>Распознавать</b> на таблицах органы нервной системы, основные отделы и органы н.с., основные части спинного мозга, головного мозга.</p> <p><b>Характеризовать:</b> роль спинного мозга в регуляции жизнедеятельности организма.</p> <p><b>Устанавливать</b> взаимосвязь между строением и функциями н.с, между функциями н.с. и эндокринной.</p>	2
27	Режим дня, гигиена труда. Сон и его значение.		1
28	Вредное влияние спиртных напитков и курения на нервную систему.		1
29-30	<b>Глава 6. Органы чувств.</b> Орган зрения. Гигиена зрения.	<p><b>Называть:</b> органы чувств, анализаторы, особенности строения органа зрения, заболевания связанные с нарушением работы органов зрения, строения органа слуха.</p> <p><b>Распознавать</b> на таблицах органы основные части органов обоняния, осязания, вкуса, части органа зрения, основные части органа слуха.</p> <p><b>Характеризовать:</b> роль органов чувств.</p> <p><b>Использовать</b> приобретенные знания соблюдения мер профилактики заболеваний и повреждений органов зрения, профилактика вредных привычек.</p> <p><b>Устанавливать</b> взаимосвязь между строением и функциями органов зрения и зрительного анализатора.</p>	2
31	Орган слуха. Гигиена слуха.		1
32	Орган обоняния, вкуса.		1
33	Охрана здоровья человека. Система учреждений здравоохранения в Российской Федерации.		1
34	Повторение		1

## 6. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности

1. Биология. Человек. 9 класс: учеб. для спец. (коррекц.) образоват. учреждений VIII вида / Е.Н.Соломина, Т.В.Шевырёва.- 4-е изд.-М.: Просвещение, 2014 – 239 с. : ил.
2. Программа специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида, 5-9 классы, под редакцией В.В.Воронковой. М.(Москва, «Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2011 год.

### *Оборудование и приборы*

- 1.Мультимедийный проектор
- 2.Компьютер
- 3.Экран

Календарно – тематическое планирование по биологии 9 класс

№ п/п	Тема урока	Содержание	Количес тво часов	Дата	
				план	факт
1	<b>Раздел 1. Введение.</b>	Роль и место человека в природе. Значение знаний о своем организме и укреплении здоровья.	1	06.09	
2	<b>Раздел 2.Общее знакомство с организмом человека</b> Строение клеток и тканей организма. Органы и системы органов человека	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 внутрен- них органов в теле человека.	1	13.09	
3	<b>Раздел 3. Опора тела и движение — 5 часов.</b> Скелет человека. Его значение. Основные части скелета.	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.	1	20.09	
4	Состав и строение костей. Соединение костей	<i>Череп.</i> <i>Скелет туловища.</i> Строение позвоночника. Роль правильной посадки и осанки человека. Меры предупреждения искривления позвоночника. Грудная клетка и ее значение.	1	27.09	
5	Череп. Скелет туловища.Скелет верхних и нижних конечностей.	<i>Кости верхних и нижних конечностей.</i> Соединения костей: подвижные, полуподвижные, неподвижные.	1	04.10	
6	Первая помощь при растяжении связок, переломах костей, вывихах суставов.	Сустав, его строение. Связки и их значение. Растяжение связок, вывих сустава, перелом костей. Первая доврачебная помощь при этих травмах.	1	11.10	
7	<b>Раздел 3.Мышцы.</b> Значение и строение мышц. Основные группы мышц человеческого тела.	Движение — важнейшая особенность живых организмов (двигательные реакции растений, движение животных и человека). Основные группы мышц в теле человека: мышцы конечностей,	1	18.10	
8	Работа мышц. Физическое утомление	мышцы шеи и спины, мышцы груди и живота, мышцы головы и лица.	1	25.10	
9	Предупреждение искривления	Работа мышц: сгибание, разгибание, удерживание. Утомление	1	08.11	

	позвоночника и развития плоскостопия. Значение опорно-двигательной системы. Роль физических упражнений в её формировании.	мышц. Влияние физкультуры и спорта на формирование и развитие мышц. Значение физического труда в правильном формировании опорно-двигательной системы. Пластика и красота человеческого тела.			
10	<b>Раздел 4. Кровь и кровообращение — 6 часов.</b> Значение крови и кровообращения. Состав крови (клетки красные, белые), плазма крови. <b>Лабораторная работа №1 «Микроскопическое строение крови»</b>	Передвижение веществ в организме растений и животных. Кровеносная система человека. <i>Кровь</i> , 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. <i>Заболевания сердца</i> (инфаркт, ишемическая болезнь, сердечная недостаточность). Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний.	1	15.11	
11	Органы кровообращения. Сосуды. Сердце, его строение и работа. . <b>Лабораторная работа №2 «Измерение кровяного давления. Подсчёт ударов пульса в покое и при физической нагрузке»</b> (выполняется дома)	<i>Значение физкультуры и спорта</i> для укрепления сердца. Сердце тренированного и нетренированного человека. Правила тренировки сердца, постепенное увеличение нагрузки. <i>Вредное влияние</i> никотина, спиртных напитков, наркотических средств на сердечно - сосудистую систему. <i>Первая помощь</i> при кровотечении. Донорство — это почетно.	1	22.11	
12	Большой и малый круги кровообращения.		1	29.11	
13	Сердечно - сосудистые заболевания и их предупреждение. Первая помощь при кровотечениях		1	06.12	
14	<b>Раздел 5. Дыхание - 4 ч</b> Дыхание. Значение дыхания. Органы дыхания. Их строение и функции.	Значение дыхания для растений, животных, человека. <i>Органы дыхания человека</i> : носовая и ротовая полости, гортань, трахея, бронхи, легкие. Состав вдыхаемого и выдыхаемого воздуха. Газообмен в легких и тканях.	1	13.12	
15	Газообмен в лёгких и тканях	<i>Гигиена дыхания</i> . Необходимость чистого воздуха для дыхания.	1	20.12	
16	Болезни органов дыхания и их	Передача болезней через воздух (пыль, кашель, чихание).	1	27.12	

	предупреждение. Гигиена дыхания.	Болезни органов дыхания и их предупреждение (ОРЗ, гайморит, тонзиллит, бронхит, туберкулез и др.). <i>Влияние никотина на органы дыхания.</i> <i>Гигиенические требования</i> к составу воздуха в жилых помещениях. Загрязнение атмосферы. Запыленность и загазованность воздуха, их вредное влияние. <i>Озеленение городов</i> , значение зеленых насаждений, комнатных растений для здоровья человека.			
17	<b>Раздел 6. Пищеварение - 5 ч.</b> Значение питания. Пищевые продукты	Особенности питания растений, животных, человека. <i>Значение</i> питания для человека. Пища растительная и животная. Состав пищи: белки, жиры, углеводы, вода, минеральные соли.	1	17.01	
18	Питательные вещества. Витамин.	Витамины. Значение овощей и фруктов для здоровья человека. Авитаминоз.	1	24.01	
19	Органы пищеварения. Ротовая полость. Зубы.	<i>Органы пищеварения</i> : ротовая полость, пищевод, желудок, поджелудочная железа, печень, кишечник.	1	31.01	
20	Изменение пищи в желудке, кишечнике. Печень	Здоровые зубы — здоровое тело (строение и значение зубов, уход, лечение). Значение пережевывания пищи. Отделение слюны. Изменение пищи во рту под действием слюны. Глотание.	1	07.02	
21	Гигиена питания . Уход за зубами и ротовой полостью. Предупреждение желудочно-кишечных, инфекционных и глистных заболеваний. Пищевые отравления.	Изменение пищи в желудке. Пищеварение в кишечнике. <i>Гигиена питания</i> . Значение приготовления пищи. Нормы питания. Пища народов разных стран. Культура поведения во время еды. <i>Заболевания пищеварительной системы</i> и их профилактика (аппендицит, дизентерия, холера, гастрит). Причины и признаки пищевых отравлений. <i>Влияние вредных привычек</i> на пищеварительную систему. <i>Доврачебная помощь</i> при нарушениях пищеварения.	1	14.02	
22	<b>Раздел 7. Почки – 1 ч.</b> Почки-органы выделения. Предупреждение почечных заболеваний.	<i>Роль выделения</i> в процессе жизнедеятельности организмов. Органы образования и выделения мочи (почки, мочеточник, мочевой пузырь, мочеиспускательный канал). <i>Внешний вид почек</i> , их расположение в организме человека. Значение выделения мочи. <i>Предупреждение почечных заболеваний</i> . Профилактика цистита.	1	21.02	
23	<b>Раздел 10. Кожа – 2 ч.</b> Кожа и её роль в жизни человека. Уход за кожей. Волосы и ногти. Уход за волосами и ногтями	<i>Кожа</i> и её роль в жизни человека. Значение кожи для защиты, осязания, выделения пота и жира, терморегуляции. Производные кожи: волосы, ногти. <i>Закаливание организма</i> (солнечные и воздушные ванны, водные процедуры, влажные обтирания).	1	28.02	
24	Закаливание организма. Первая помощь		1	07.03	

	при тепловом и солнечном ударах, ожогах, обморожении.	<i>Оказание первой помощи</i> при тепловом и солнечном ударах, термических и химических ожогах, обморожении, поражении электрическим током. <i>Кожные заболевания</i> 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.			
25-26	<b>Раздел 11. Нервная система - 3 часа</b> Головной и спинной мозг. Нервы. Значение нервной системы.	<i>Значение</i> и строение нервной системы (спинной и головной мозг, нервы). <i>Гигиена</i> умственного и физического труда. Режим дня. Сон и значение. Сновидения. Гигиена сна. Предупреждение перегрузок, чередование труда и отдыха. <i>Отрицательное влияние</i> алкоголя, никотина, наркотических веществ на нервную систему. <i>Заболевания нервной системы</i> (менингит, энцефалит, радикулит, невралгия). <i>Профилактика</i> травматизма и заболеваний нервной системы.	2	14.03 21.03	
27	Режим дня, гигиена труда. Сон и его значение.		1	04.04	
28	Вредное влияние спиртных напитков и курения на нервную систему.		1	11.04	
29-30	<b>Глава 6. Органы чувств.</b> Орган зрения. Гигиена зрения.	<i>Значение</i> органов чувств у животных и человека. <i>Орган зрения человека.</i> Строение, функции и значение. Болезни органов зрения, их профилактика. Гигиена зрения. Первая помощь при повреждении глаз. <i>Орган слуха человека.</i> Строение и значение. Заболевания органа слуха, предупреждение нарушений слуха. Гигиена. <i>Органы осязания, обоняния, вкуса</i> (слизистая оболочка языка и полости носа, кожная чувствительность: болевая, температурная и тактильная). Расположение и значение этих органов. <i>Охрана</i> всех органов чувств.	2	18.04 25.04	
31	Орган слуха. Гигиена слуха.		1	02.04	
32	Орган обоняния, вкуса.		1	09.05	
33	Охрана здоровья человека. Система учреждений здравоохранения в Российской Федерации.		1	16.05	
34	Повторение		1	23.05	





**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 709346372946738420135056007448981155039651512646

Владелец Колодочко Алексей Сергеевич

Действителен с 14.06.2023 по 13.06.2024