Казенное общеобразовательное учреждение Орловской области

«Орловская общеобразовательная школа для обучающихся

с ограниченными возможностями здоровья»

|  |  |
| --- | --- |
|  | Приложение № \_\_\_\_\_  к АООП образования обучающихся с умственной отсталостью |

**Рабочая программа**

**предмета**

**«Человек и его среда»**

**10 класс**

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. | Пояснительная записка …………………………………………... | 3 |
| 2. | Содержание программы ………………………………………….. | 5 |
| 3. | Учебно-тематический план ……………………………………… | 10 |
| 4. | Планируемые результаты освоения программы ………………. | 10 |
| 5. | Материально-техническое обеспечение реализации программы………………………………………………………….. | 11 |
| 6. | Литература ………………………………………………………… | 13 |

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Содержание рабочей программы соответствует адаптированной основной общеобразовательной программе для обучающихся с умственной отсталостью.

Новое содержание образования предполагает вариативность, определяемую альтернативными учебными программами и учебниками, что позволит учитывать типологические и индивидуальные возможности учащихся со сниженным интеллектом и эффективнее решать на практике задачу их адаптации в современном обществе.

 Программа продолжает курс естествознания (9 класс) при изучении которого учащиеся получили элементарную естественно - научную подготовку.  
      Преемственные связи между разделами обеспечивают целостность биологического курса, а его содержание способствует правильному поведению в соответствии с законами природы и общечеловеческими нравственными ценностями.

Курс «Человек и его среда» в специальной (коррекционной) школе VIII вида ставит своей целью подготовить учащихся к усвоению систематических биологических знаний.

***Актуальность:*** программа составлена с учётом психофизических особенностей обучающихся 10 классов с интеллектуальной недостаточностью и возможностями их познавательной деятельности.

***Новизна:*** индивидуальный подход в обучении, создание специальных (коррекционных) условий, сочетание традиционных и инновационных технологий в обучении учащихся с нарушением интеллекта.

***Цель:*** создание комплекса условий для максимального развития личности каждого учащегося с нарушением интеллекта при изучении естествознания.

***Задачи****:*

* формирование элементарных биологических знаний;
* развитие ключевых компетенций обучающихся (коммуникативные, информационные, кооперативные);
* развитие любознательности, научного мировоззрения;
* формирование умений работать с натуральной наглядностью;
* привитие любви к Родине, её природе, умение бережно относится к природе своего края;

- привитие гражданских и патриотических чувств.   
   Кроме того,   изучение природоведческого материала позволяет решать задачи экологического, физического, трудового и полового воспитания школьников. В данном учебном курсе человек рассматривается как биосоциальное существо. Основные системы органов человека предлагается изучать, опираясь на сравнительный анализ жизненных функций важнейших групп растительных и животных организмов (питание и пищеварение, дыхание, перемещение веществ, выделение, размножение). Это позволит учащимся воспринимать человека как часть живой природы.

**Содержание программы**

**1. Введение (1 ч)**

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

**2. 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.

**3. 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.

**Рекомендуемые виды практических упражнений**

      Определение правильной осанки.   
      Изучение внешнего вида позвонков и отдельных костей (ребра, кости черепа, рук, ног). Наложение шин, повязок.

**4. 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.

**Рекомендуемые виды практических упражнений**

      Определение при внешнем осмотре местоположения отдельных мышц.   
      Сокращение мышц при сгибании и разгибании рук в локте.   
      Утомление мышц при удерживании груза на вытянутой руке.

**5. 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.

**Рекомендуемые виды практических упражнений**

      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.

**6. 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.

**7. 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.

**Рекомендуемые виды практических упражнений**

      Обнаружение крахмала в хлебе, картофеле. Действие слюны на крахмал.  
      **Демонстрация** правильного поведения за столом во время приема пищи, умения есть красиво.

**8. Выделение (3 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.

**9. 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.Гигиена кожи. Угри и причины их появления. Гигиеническая и декоративная косметика. Уход за волосами и ногтями. Гигиенические требования к одежде и обуви.

**Рекомендуемые виды практических упражнений**

      Выполнение различных приемов наложения повязок на условно пораженный участок кожи.

**10. 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.

**11. 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.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **10 класс** | | |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Кол-во**  **часов** |
| **1.** | Введение | 1 |
| **Общий обзор строения организма человека 4** | | |
| **2.** | Строение клетки | 1 |
| **3.** | Химический состав клетки | 1 |
| **4.** | Ткани. Органы | 1 |
| **5.** | Системы органов. | 1 |
| **Опора и движение 12** | | |
| **6.** | Значение опорно-двигательной системы | 1 |
| **7.** | Состав и строение костей | 1 |
| **8.** | Скелет головы | 1 |
| **9.** | Скелет туловища | 1 |
| **10.** | Скелет конечностей | 1 |
| **11.** | Первая помощь при травмах | 1 |
| **12.** | Строение и значение мышц | 1 |
| **13.** | Основные группы мышц | 1 |
| **14.** | Работа мышц | 1 |
| **15.** | Осанка и здоровье человека | 1 |
| **16.** | Физические упражнения | 1 |
| **17.** | Контрольная работа | 1 |
| **18.** | Заболевания позвоночника | 1 |
| **Кровь. Кровообращение 10** | | |
| **19.** | Значение крови и её состав | 1 |
|  | Строение и работа сердца | 1 |
|  | Кровеносные сосуды | 1 |
|  | Круги кровообращения | 1 |
|  | Движение крови по сосудам | 1 |
|  | Первая помощь при кровотечениях | 1 |
|  | Предупреждение заболеваний сердца и сосудов | 1 |
|  | Вредное влияние курения на кровеносные сосуды | 1 |
|  | Вредное влияние алкоголя на кровеносную систему | 1 |
|  | Обобщающий урок «Кровеносная система» | 1 |
|  | Контрольная работа | 1 |
| **Дыхание 8** | | |
|  | Строение лёгких | 1 |
|  | Газообмен в лёгких и тканях | 1 |
|  | Дыхательные движения | 1 |
|  | Болезни органов дыхания и их предупреждение | 1 |
|  | Гигиена дыхания. | 1 |
|  | Охрана воздушной среды | 1 |
|  | Обобщающий урок «Дыхание» | 1 |
| **Пищеварение**   **14** | | |
|  | Значение и состав пищи | 1 |
|  | Органы пищеварения | 1 |
|  | Строение и значение зубов | 1 |
|  | Пищеварение в ротовой полости | 1 |
|  | Пищеварение в желудке | 1 |
|  | Пищеварение в кишечнике | 1 |
|  | Гигиена питания | 1 |
|  | Нормы питания | 1 |
|  | Витамины | 1 |
|  | Контрольная работа | 1 |
|  | Вредное влияние курения на органы пищеварения | 1 |
|  | Предупреждение пищевых отравлений | 1 |
|  | Самый гибкий мускул | 1 |
|  | Обобщающий урок «Пищеварение» | 1 |
| **Выделение. Кожа 8** | | |
|  | Строение и значение почек | 1 |
|  | Предупреждение почечных заболеваний | 1 |
|  | Строение и значение кожи | 1 |
|  | Роль кожи в терморегуляции организма | 1 |
|  | Оказание первой помощи при солнечном ударе | 1 |
|  | Закаливание организма человека | 1 |
|  | Гигиена кожи | 1 |
|  | Обобщающий урок «Выделение. Кожа» | 1 |
| **Нервная система. Органы чувств 11** | | |
|  | Значение и строение нервной системы | 1 |
|  | Спинной мозг | 1 |
|  | Головной мозг | 1 |
|  | Режим дня | 1 |
|  | Сон и его значение | 1 |
|  | Вредное влияние курения на нервную систему | 1 |
|  | Значение органов чувств | 1 |
|  | Орган зрения | 1 |
|  | Орган слуха | 1 |
|  | Итоговое повторение | 1 |

**Планируемые результаты освоения программы**

Результаты освоения программы по курсу «Человек и его среда» в 10 классах включают достижение учащимися с нарушением интеллекта следующих видов результатов: *личностных и предметных*.

*Предметные* результаты освоения программы включают освоенные обучающимися знания и умения, готовность их практического применения. Программа определяет два уровня овладения предметными результатами: минимальный и достаточный. Достаточный уровень освоения предметных результатов не является обязательным для всех обучающихся. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся с умственной отсталостью.

**Предметные результаты**

***Минимальный уровень:***

- знать значение животных в природе, жизни и хозяйственной деятельности человека;

-знать название, элементарные функции и расположение основных органов в организме человека;   
-знать нормы правильного питания;   
-знать о вредном влиянии никотина, алкоголя и наркотиков на организм человека;

 -знать  названия специализации врачей, к которым можно обращаться за помощью;  
-знать санитарно-гигиенические правила;

-уметь    обращаться с простым лабораторным оборудованием;

-уметь соблюдать санитарно-гигиенические требования.

***Достаточный уровень:***

 -знать название, элементарные функции систем органов;

-знать о влиянии физической нагрузки на организм;   
-знать меры предупреждения сколиоза;   
-знать свою группу крови и резус-фактор;   
-знать норму кровяного давления;   
-знать состояние своего зрения и слуха;   
-уметь применять приобретенные знания о функциях человеческого организма в повседневной жизни с целью сохранения и укрепления здоровья;   
-уметь измерять температуру тела;   
-уметь оказывать доврачебную помощь при вывихах, порезах, кровотечении, ожогах.

**Личностные результаты**

1. Развитие интереса к природе, природным явлениям и формам жизни, понимание активной роли человека в природе;
2. развитие знаний о правилах этикета, культуры речи;
3. развитие способности к самостоятельным поступкам и действиям, принятию ответственности за их результаты;
4. развитие целеустремленности и настойчивости в достижении результатов;
5. воспитание ответственного отношения к природе, осознание необходимости защиты окружающей среды;
6. развитие мотивации к изучению предмета;

**7.** осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину;

**8.** формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;

Контроль достижения обучающимися планируемых результатов осуществляется в ходе промежуточной аттестации по итогам учебных четвертей и года. Аттестация проводится в форме контрольных, самостоятельных работ, практических работа, тестирования, творческих проектов, оценки устных ответов обучающихся. По итогам аттестации учащимся выставляется отметка. Для проведения аттестации по итогам изученной темы, четверти, года в календарно-тематическом планировании предусмотрены повторительно-обобщающие уроки на которых проводятся контрольные работы.

**Материально-техническое обеспечение реализации программы**

Материально-техническое обеспечение является одним из важнейших условий реализации программы по курсу «Человек и его среда». Оно должно соответствовать особым образовательным потребностям обучающихся.

В ходе изучения данной учебной дисциплины необходимо применять:

1. Учебно-методический комплект: учебник, рабочая тетрадь, методические пособия для учителя;
2. справочные материалы: справочники, энциклопедии, книги для чтения, атласы;
3. программно-методические материалы;
4. печатные пособия: таблицы по темам программы, портреты, географические карты, альбомы демонстрационного и раздаточного материалов;
5. информационно-коммуникационные средства: мультимедийные обучающие программы, электронные энциклопедии, комплекты видеофильмов;
6. технические средства обучения;
7. учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование.

**Литература**

1. Обучение детей с нарушениями интеллектуального развития:(Олигофренопедагогика) /Под ред. Б.П.Пузанова. – М.: Академия,2000. – С152-172.
2. Худенко Е.Д. Естествознание во вспомогательной школе//Коррекционно-развивающая направленность обучения и воспитания умственно-отсталых школьников. – М.: МГПИ, 1987. – С. 65-69.
3. Худенко Е.Д. Использование словесных методов на уроках естествознания //Дефектология. – 1989. - №1. – С. 30-35.
4. Худенко Е.Д. Формирование биологических понятий на уроках естествознания //Коррекционно-развивающая направленность обучения и воспитания умственно отсталых школьников. – М.: МГПИ, 1983. – С. 72-77.
5. Что такое? Кто такой? В 3-х т. – М.: Педагогика-Пресс, 1995. – Т.2.