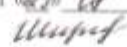


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
«Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
с.Малый Толкай».

«Утверждаю»:
к использованию в образовательном процессе
директор школы-интерната:
 /Самойлова Т.И./
Приказ № 112 от «10» 09 2018

«Рассмотрено»:
на заседании МО
Протокол № 1
от «10» 09 2018 г.


«Согласовано»
зам. директора по УВР
 Станина Л.В.
от «10» 09 2018 г.

«Принято»:
решением педагогического
совета ГБОУ с. Малый Толкай
Протокол №1 от «10» 09 2018

**Рабочая программа
по внеурочной работе:
«Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности».**

Программу составила: воспитатель
Кутырева Ирина Леонидовна
Квалификационная категория: I
Класс: 1.

с.Малый Толкай
2018-2019 учебный год.

Пояснительная записка.

Рабочая программа по предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе Программы образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью - Под ред. Л. Б. Баряевой – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011.и на основе

1.Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

2.Приказа от 30 августа 2013г. № 1015 « Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».

3.Приказа Министерства образования и науки РФ «Об утверждении ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19 декабря 2014 года №1599. ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

4.ФГОС образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

5.Учебного плана ГБОУ школы-интерната с. Малый Толкай на 2018-2019 учебный год

Программа рассчитана предназначена для работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья 1 класса в возрасте 7 – 8 лет.

Сроки реализации программы – 1 год.

Цель изучения предмета: освоение обучающимися системы жизненно-необходимых практических умений и навыков, обеспечивающих их адекватное поведение в реальной жизни.

Образовательные задачи предмета:

- Формирование представлений о себе, осознание общности и различий с другими;
- представление о собственном теле;
- соотнесение себя со своим именем, своим изображением на фотографии, отражением в зеркале;
- формировать поддерживать режим дня с небольшими оздоровительными процедурами;
- формирование умений определять своё самочувствие (как хорошее, или плохое), локализовать болезненные ощущения и сообщать о них взрослому;
- формировать умения соблюдение режимные моменты (чистка зубов утром, вечером, мытье рук перед едой, после посещения туалета);
- формировать умения обслуживать себя;
- формировать умения следить за своим внешним видом;
- формировать представление о своей семье, социальной роли, бытовой и досуговой деятельности;
- формирование положительного отношения ребенка к занятиям;
- формирование устойчивой мотивации к выполнению заданий;
- формирование и развитие целенаправленных действий;

Общая характеристика предмета.

На уроках частично формируются элементарные навыки самообслуживания с частичной помощью учителя, а затем и самостоятельно, культурно-гигиенические навыки, выполняемые вместе с педагогом, по подражанию его действиям, по образцу, ориентируясь на картинки и пиктограммы, а также первичные элементарные представления о здоровье и здоровом образе жизни (плохо – хорошо, полезно – вредно для здоровья), о безопасности жизнедеятельности. Учитель обучает учащихся использованию вербальных и невербальных средств общения в процессе самообслуживания, выполнения культурно-гигиенических процедур (сообщать о своих действиях, обращаться за помощью в случае затруднений). Для подкрепления действий учащихся и соблюдения ими алгоритма активно используются специальные символы (картинки, пиктограммы), с которыми они многократно знакомятся в различных бытовых и игровых ситуациях.

Исходя из особенностей развития мыслительной деятельности учащихся с умственной отсталостью, их индивидуальных характеристик, учитель на уроках по предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» воспитывает (тренирует) у них состояние физической, психической и социальной защищенности. Это является основой социализации учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Учащиеся в доступной форме получают представления о том, что безопасность окружающего мира – необходимое условие существования каждого человека, взрослого и ребенка.

Результативность освоения учащимися содержания уроков по предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» оценивается не столько по приобретенным детьми вербальным знаниям, сколько по усвоению ими приемами элементарной мыслительной деятельности. Основное внимание при этом обращается на доступную степень активности, возможную степень самостоятельности учащихся в ситуациях на знание правил дорожного движения и др. В ходе обучающих игр учитель знакомит со знаково-символическими средствами общения – пиктограммами. К ним, прежде всего, относятся знаки дорожного движения, знаки, регулирующие поведение людей в общественных местах и в природе. Пиктограммы используются, чтобы пробудить и развить элементарные когнитивные возможности ребенка, активизировать их коммуникативную деятельность. Темы уроков по предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» находят свое логическое продолжение в содержании уроков по предметам «Чтение», «Развитие речи и окружающий мир» и в реализации задач коррекционно-развивающей среды.

Основные направления коррекционной работы:

- развитие зрительного восприятия и узнавания;
- развитие пространственных представлений и ориентации;
- развитие наглядно-образного и словесно-логического мышления;
- коррекция нарушений эмоционально-личностной сферы;
- развитие речи и обогащение словаря;
- коррекция индивидуальных пробелов в обучении.

Описание места воспитательного занятия.

Количество часов по программе в I классе – 34

Количество часов в неделю по учебному плану VI - 1

Количество часов в год в I классе – 34

I четверть - 9ч.

II четверть - 7 ч.

III четверть- 9ч.

IV четверть – 9 ч.

Прогнозируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

- 1.Организует своё рабочее место под руководством воспитателя.
- 2.Входит и выходит из учебного помещения со звонком, передвигается по школе, находит свой класс.
- 3.Принимает и осваивает социальную роль обучающегося.
- 4.Принимает следующие базовые ценности: добро, природа, семья.
- 5.Уважает свою семью и родственников.
- 6.Участвует в диалоге, слушает и понимает других.
- 7.Отвечает на вопросы учителя, товарищей по классу.
- 8.Соблюдает простейшие нормы речевого этикета: здоровается, прощается, благодарит.
9. Ориентируется на листе бумаги.

Предметные результаты:

Достаточный уровень:

- получит представления о некоторых видах опасных ситуаций и способах поведения в опасных ситуациях, навыки осторожного и осмотрительного отношения к опасным ситуациям;
 - научиться называть свое имя, говорить о себе от первого лица;
 - закрепит способности выражать свои потребности, значимые для здоровья и сохранения его, используя вербальные и невербальные средства общения;
 - закрепит представления о процессах и алгоритме умывания, одевания, еды, уборки помещения, атрибутах и основных действиях, сопровождающих их, в доступном учащемуся предметном мире, о назначении предметов, правилах их безопасного использования, положительный настрой на выполнение элементарных гигиенических процедур, чувство радости от самостоятельных и совместных действий и их результатов (чистые руки, убранные вещи);
 - научиться элементарно описывать свое самочувствие, развивать способность привлечь внимание педагога в случае неважного самочувствия, недомогания;
- разовьёт устойчивый интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения.

Минимальный уровень:

Обучающийся получит возможность:

- получить представления о некоторых видах опасных ситуаций и способах поведения в опасных ситуациях, навыки осторожного и осмотрительного отношения к опасным ситуациям;
- научиться называть свое имя, говорить о себе от первого лица;
- закрепить способности выражать свои потребности, значимые для здоровья и сохранения его, используя вербальные и невербальные средства общения;
- закрепить представления о процессах и алгоритме умывания, одевания, еды, уборки помещения, атрибутах и основных действиях, сопровождающих их, в доступном учащемуся предметном мире, о назначении предметов, правилах их безопасного использования, положительный настрой на выполнение элементарных гигиенических процедур, чувство радости от самостоятельных и совместных действий и их результатов (чистые руки, убранные вещи);
- научиться элементарно описывать свое самочувствие, развивать способность привлечь внимание педагога в случае неважного самочувствия, недомогания;
- развить устойчивый интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения.

Содержание учебного предмета.

- **Формирование культурно-гигиенических навыков.**
Последовательность действий при умывании. Предметы утреннего туалета, их назначение и хранение. Рассматривание с учащимися предметов личной гигиены. Имитационные игры на формирование умений учащихся умываться в определенной последовательности. Использование бумажного полотенца. Правила пользования водопроводным краном. Горячая и холодная вода.
- **Уход за жилищем.**
Формирование алгоритма уборки жилища. Рассматривание с учащимися иллюстраций об уборке помещения. Предметы уборки в жилище. Экскурсия «Мы идем в хозяйственный магазин» Практические упражнения по применению уборочного инвентаря. «Будем вытирать пыль» Правила пользования водопроводным краном. Горячая и холодная вода. Открывание и закрывание кранов по словесной просьбе учителя. Объяснение важности чистоты для здоровья человека. Номинация действий с использованием вербальных и невербальных средств общения. Формирование практических действий по уходу за комнатными растениями. Рассматривание пылесоса, показ работы пылесоса.
- **Полезные продукты.**
Рассматривание иллюстраций с молочными продуктами. Упражнения в выборе иллюстраций с изображением молочных продуктов из множества других. Практическое занятие. Намазывание масла на кусок хлеба.
Правила приема пищи, значимых для гигиены и здоровья: тщательно пережевывать пищу, есть не спеша, вытирать рот салфеткой. Полезные продукты – овощи. Блюда из овощей. Как правильно мыть овощи.

- Безопасность в доме и на улице.
Правила пользования водопроводным краном. Горячая и холодная вода. Алгоритм действий при открывании и закрывания кранов. Экскурсия по дороге. Рассматривание дорожных знаков и движущего транспорта. Игра «Я иду по дороге». Транспорт. Обучение учащихся умению переходить дорогу по пешеходному переходу. Упражнения на узнавание сигналов светофора.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Наименование разделов, тем программ	Кол-во часов	Дата	Прогнозируемый результат	Средства обучения	Деятельность обучающихся	Направления коррекционной работы
	I четверть						
1.	«Предметы утреннего туалета, их назначение и хранение».	1	4.09	Уметь пользоваться предметами личной гигиены.	Беседа. Предметы личной гигиены, просмотр мультфильм К.И. Чуковского «Мойдодыр», проектор.	Смотрят мультфильм, отвечают на вопросы.	Развитие зрительного и тактильного восприятия.
2	«Здоровье в порядке - спасибо зарядке!»	1	11.09	Уметь выполнять утреннюю гимнастику.	Мяч, палки, валик, два бруска, панно, карточки с комплексом упражнений.	Выполняют упражнения.	Развитие движений и ориентировки в пространстве.

3	Дружи с водой «Советы доктора Воды».	1	18.09	Уметь пользоваться водой и мылом.	Сказка о микробах. Игра «Наоборот».	Слушают, отвечают на вопросы. Играют в игру.	Развитие слухового восприятия, координации.
4	Практическое занятие. Последовательность действий при умывании.	1	25.09	Знать последовательность действий при мытье и вытирании рук.	Мыло, полотенце, плакат с последовательностью мытья рук. Дидактическая игра «Умывайся правильно».	Выполняют последовательность действий.	Развитие зрительного восприятия, мелкой моторики.
5	Уход за глазами.	1	02.10	Знать правила бережного отношения к зрению.	Беседа об органах зрения. Игра «Полезно – вредно», гимнастика для глаз.	Отвечают на вопросы. Соблюдают правила игры.	Развитие зрительного восприятия.
6	«Как правильно ухаживать за ушами».	1	9.10	Знать основные правила ухода за ушами.	Просмотр мультфильма «Слух» Смешарики, проектор. Дидактическая игра: «Что это за звук?»	Отвечают на вопросы. Соблюдают правила игры.	Развитие слухового восприятия.
7	«Чтобы зубы были здоровыми».	1	16.10	Знать что полезно, что вредно для зубов.	Презентация, мультфильм «Фиксики», проектор, аудиозапись песни «От улыбки».	Отвечают на вопросы.	Развитие зрительного, слухового восприятия.

8	«Как сохранить улыбку красивой?».	1	23.10	Знать основные правила ухода за зубами.	Практическое занятие. Зубная паста, зубная щетка.	Выполняют практическое задание.	Формирование умения выполнять простые поручения по словесному заданию.
9	«Зачем человеку кожа».	1	30.10	Уметь пользоваться предметами личной гигиены.	Практическое занятие. Презентация, портрет Зюльки-Грязнючки.	Выполняют практическое задание.	Формирование умения выполнять простые поручения по словесному заданию.
	Пчетверть						
10	Уход за руками. «Рабочие инструменты человека».	1	13.11	Уметь правильно ухаживать за руками.	Беседа, загадки, просмотр мультфильма «Лечение Василия», проектор.	Отвечают на вопросы .	Развитие зрительного, слухового восприятия.
11	«Овощи и фрукты-полезные продукты».		20.11	Иметь представление о пользе витаминов в овощах и фруктах.	Презентация, проектор, плакаты с изображением овощей и фруктов, трафареты овощей, цветные карандаши, альбом.	Рассматривают плакаты, отвечают на вопросы, рисуют с помощью трафарета овощи, фрукты.	Развитие мелкой моторики, тактильно-двигательное восприятие.

12	«Здоровая пища для всей семьи».	1	27.11	Уметь распознавать «полезную» и «вредную» пищу.	Беседа, загадки, картинки с продуктами. Игра «Полезно, вредно».	Отвечают на вопросы, отгадывают загадки, соблюдают правила игры.	Развитие слухового восприятия.
13	«Как сделать сон полезным?».	1	04.12	Иметь представление о гигиене сна.	Книжечки с колыбельными песнями, иллюстрации животных, карточки с загадками, пословицами о сне.	Отвечают на вопросы, рассматривают иллюстрации	Развитие слухового и зрительного восприятия.
14	«Вредные привычки».	1	11.12	Иметь представление о последствиях влияния привычек на здоровье человека.	Мультфильм «Вредные привычки», проектор, игра «Да-нет».	Отвечают на вопросы, соблюдают правила игры.	Развитие зрительного восприятия.
15	«Поведение в школе».	1	18.12	Знать правила культурного поведения в школе.	Беседа, сюжетные картинки.	Отвечают на вопросы.	Развитие слухового восприятия.
16	Инструктаж о правилах поведения	1	25.12	Знать правила поведения во время каникул.	Инструктаж.	Расписываются в журнале по технике безопасности.	Развитие слухового восприятия.

	во время каникул.						
	III четверть						
17	«Безопасность в доме». Проигрывание ситуации .	1	15.01	Уметь по картинкам определять опасную ситуацию (при помощи учителя).	Картинки, проигрывание ситуаций.	Определяют, какая ситуация изображена на картинке, проигрывают ситуацию(при помощи учителя).	Развитие воображения.
18	«Правила пожарной безопасности».	1	22.01	Знать правила пожарной безопасности.	Просмотр мультфильма «Кошкин дом», альбом, карандаши.	Отвечают на вопросы после просмотра мультфильма, рисуют рисунки.	Развитие зрительного восприятия, мелкой моторики.
19	Практическое занятие «Эвакуация при пожаре».	1	29.01	Знать правила эвакуации во время пожара.	Дид.игра «Позвони в пожарную» (скорую, полицию), плакаты.	Играют в дид.игры, рассматривают плакаты. Практическое занятие.	Развитие движений и ориентировки в пространстве.
20	Игра «Светофорчики».	1	5.02	Знать о порядке расположения сигналов светофора.	Светофор, картинки с изображениями различного вида транспорта.	Играют в игру, запоминают расположение сигналов светофора.	Развитие зрительного восприятия.
21	«Охрана	1	12.02	Иметь	Беседа, презентация,	Отвечают на	Развитие

	окружающей среды».			представление о проблеме мусора.	проектор, игра «Краб».	вопросы, играют в игру.	слухового восприятия.
22	Конкурс рисунков «Мы спасем свою планету».	1	26.02	Уметь подобрать нужные цвета.	Карандаши, альбом, ластик.	Рисуют, выставляют свои работы на выставку.	Развитие воображения.
23	Профилактика простудных заболеваний. «Откуда берутся болезни?».	1	5.03	Иметь представление ,что полезно и что вредно для здоровья.	Беседа, презентация, сюжетно-ролевая игра «Больница».	Отвечают на вопросы, играют в сюжетно-ролевую игру « Больница».	Развитие зрительного , слухового воображения.
24	«Веселые старты».	1	12.03	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения.	Мячи, обручи, скакалки.	Действуют сообща по сигналу.	Развитие общей моторики, ориентировки в пространстве.
25	Конкурс рисунков «Будем здоровы!».	1	19.03	Уметь ориентироваться в пространстве на листке бумаги.	Краски, кисточки, стаканчик для воды.	Рисуют. Выставка работ.	Развитие воображения.
	IVчетверть.						
26	Практическое упражнение «Будем вытирать пыль».	1	2.04	Уметь тщательно прополаскивать, отжимать тряпочку, губку.	Беседа «Чистота залог здоровья», тряпочки, губки тазик с водой, клеёнчатые фартуки.	Отвечают на вопросы. Практическая работа.	Развитие аккуратности, ответственность за общее дело.
27	«Уход за	1	9.04	Уметь принимать	Беседа о правилах	Отвечают на	Развитие мелкой

	игрушками»			игровую задачу, выполнять действия с предметами бытового назначения.	гигиены, чтение стиха В. Приходько, кукла Таня замаранная гуашью, ванночка, тазик, мыло, губка, леечка.	вопросы , выполнять действия с предметами бытового назначения.	моторики.
28	Дидактическая игра «Мы идем в продуктовый магазин».	1	16.04	Знать классификацию предметов по признаку.	Карточки.	Играют в дидактическую игру.	Развитие внимания, зрительного восприятия.
29	Загадки доктора «Знайки».	1	23.04	Уметь отгадывать загадки.	Загадки.	Ответы детей.	Развитие слухового восприятия.
30	«Полезен ли спорт для здоровья»	1	30.04	Уметь изображать знакомые виды спорта.	Беседа, презентация. Игра «Что я изобразил».	Отвечают на вопросы. Изображают знакомые виды спорта.	Развитие воображения.
31	«Ловкие и смелые» Эстафета.	1	7.05	Уметь играть в команде, действовать по сигналу.	Флажки красный , синий, мячи, обручи.	Действуют сообща по сигналу.	Развитие общей моторики, ориентировки в пространстве.
32	«Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным»	1	14.05	Уметь отличать плохое от хорошего.	Запись песни В. Шаинского «Дружба, карточки с разными	Слушают запись песни, обсуждают ситуации, играют в	Развитие зрительного, слухового восприятия.

					эмоциональными состояниями, игра «Хорошие и плохие поступки».	игру.	
33	«Правила безопасности на воде».	1	21.05	Знать правила поведения на воде.	Инструктаж, плакаты.	Расписываются в журнале по технике безопасности.	Развитие слухового восприятия.
34	Инструктаж о правилах поведения во время каникул.	1	28.05	Знать правила поведения во время каникул.	Инструктаж.	Расписываются в журнале по технике безопасности.	Развитие слухового восприятия.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Литература

Анастасова Л.П., Ижевский П.В., Иванова Н.В. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник. 3-4 класс. - М., Просвещение.

Ижевский П.В. «Основы безопасности жизнедеятельности». Рабочая тетрадь. 3 класс.- М., Просвещение.

Анастасова Л.П., Ижевский П.В., Иванова Н.В. «Основы безопасности жизнедеятельности». Методические рекомендации. 1-4 класс.- М., Просвещение.

Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью /под ред. Л.Б. Баряевой , Н.Н. Яковлевой.

Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Рабочая тетрадь(1-4).- СПб, 2008.

Демидова Н.М.Времена года в картинках и задания для развития ума и внимания.- М., 2008

Демонстративный материал для фронтальных занятий. Природные явления и объекты/ Худ. Е. Резниченко.- М.,2004.

Кислякова Ю.Н. Формирование навыков социально-бытовой ориентировки у детей с нарушениями в развитии. Путешествие в мир окружающих предметов. – М., 2004.

Светлова И.Е. Развиваем мелкую моторику.- М., 2001.

Шипицына Л.М. развитие навыков общения у детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью.- СПб., 2004.

Бурмистрова Е.В. Семья с «Особым ребёнком»:психологическая и социальная помощь/Вестник практической психологии образования №4(17), октябрь-декабрь 2008.

Екжанова Е.А. Системный подход к разработке программы коррекционно – развивающего обучения детей с нарушением интеллекта.// Дефектология.- 1999.-№6- с. 25-29.

Технические средства обучения

Компьютер

Мультимедийный проектор

Экранно-звуковые пособия

Презентации по ОБЖ

Видеофильмы по ОБЖ