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 № 41 от «29» 08 2019

«Рассмотрено»:
назаседании МО
Протокол № 1
от «27» 08 2019 г
Рук.МО

«Согласовано»
зам. директора по УВР
_____Станина Л.В.
от«28» 08 2019 г.

«Принято»:
решением педагогического
совета ГБОУ с. Малый Толкай
Протокол №1 от «29.08.2019

Рабочая программа
по предмету: «Здоровье и основы безопасной жизнедеятельности»

Программу составила: учитель
Иванова Галина Петровна
Квалификационная категория: нет
Класс: 9 для обучающихся с ТМНР

В основу разработки рабочей программы по предмету «Здоровье и основы безопасной жизнедеятельности» положена Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. - Под ред. Л. Б. Баряевой – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011.

с. Малый Толкай

2019-2020 учебный год

Пояснительная записка.

Рабочая программа по предмету «Здоровье и основы безопасной жизнедеятельности» составлена на основе Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"

-Учебного плана ГБОУ школы-интерната с. Малый Толкай на 2019-2020 учебный год.

- Программы образования учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью/ Л.Б.Баряева, Д.И.Бойков, В.И.Липакова и др.; Под ред. Л.Б.Баряевой, Н.Н.Яковлевой. –СПб: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2011г.

Рабочая программа адресована учащимся 9 класса с тяжелыми множественными нарушениями развития. Срок реализации – один учебный год.

1.1 Цель программы: освоение знаний и практических умений безопасного поведения человека в опасных ситуациях.

Задачи:

- ✓ изучение и освоение основ здорового образа жизни, обеспечивающее полноценное безопасное существование;
- ✓ ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, изучение методов и приемов защиты;
- ✓ развивать умения и навыки планирования и организации деятельности, самостоятельности.

1. Общая характеристика учебного курса.

На уроках 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. 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 умеренной и тяжелой умственной отсталостью, учитель на уроках по предмету «Здоровье и основы безопасной 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 безопасной 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.

2. Место учебного курса в учебном плане.

Минимальный	**Достаточный**	**Оптимальный**
Обучающиеся должны уметь: - находить на картинках предметы личной гигиены; - - выполнять орудийные действия с предметами личной гигиены и бытового назначения; - владеть алгоритмом приема пищи;	Обучающиеся должны уметь: - находить на картинках предметы личной гигиены; - - выполнять орудийные действия с предметами личной гигиены и бытового назначения; - уметь открывать и закрывать водопроводные краны; - владеть алгоритмом приема пищи; - ухаживать за волосами, одеждой и обувью;	Обучающиеся должны уметь: -находить на картинках предметы личной гигиены; -соотносит предметы с картинками и пиктограммами; - выполнять орудийные действия с предметами личной гигиены и бытового назначения; - уметь открывать и закрывать водопроводные краны; - владеть алгоритмом приема пищи; - ухаживать за волосами, одеждой и обувью;

		- выполнять правила поведения на дороге и в природе; -включать и выключать электроприборы.
Обучающиеся должны знать: - владеет знанием последовательности действий в процессе умывания; - узнает посуду на картинках и пиктограммах; - знает правила приема пищи; - знает, что вода-главное средство для поддержания чистоты;	Обучающиеся должны знать: -владеет знанием последовательности действий в процессе умывания; - узнает посуду на картинках и пиктограммах; - знает правила приема пищи; - знает, что вода-главное средство для поддержания чистоты; --знает средства и предметы ухода за одеждой и обувью; - знает, что вода-главное средство для поддержания чистоты; - знает правила безопасности при работе со стиральным порошком;	Обучающиеся должны знать: -владеет знанием последовательности действий в процессе умывания; - узнает посуду на картинках и пиктограммах; - знает правила приема пищи; -знает средства и предметы ухода за одеждой и обувью; - знает, что вода-главное средство для поддержания чистоты; - знает правила безопасности при работе со стиральным порошком; - знает правила поведения в опасных ситуациях; - знает правила безопасности при работе с электроприборами.

Рабочая программа по предмету «Здоровье и основы безопасной жизнедеятельности» в соответствии учебным планом ГБОУ школы-интерната на 2019/2020 учебный год рассчитана на 30 часов в год, на усвоение материала отведено 1 час в неделю. Темы уроков по предмету «Здоровье и основы безопасной жизнедеятельности» находят свое логическое продолжение в содержании уроков по предметам «Альтернативное чтение», «СБО», «Развитие речи и окружающий мир» и в реализации задач коррекционно-развивающей среды.

3. Прогнозируемые результаты освоения рабочей программы.

Предполагаемые результаты освоения программы:

Минимальный

Достаточный

Оптимальный

4. Содержание программы.

Раздел	К-во часов	Тема	К-во часов
Формирование культурно-гигиенических навыков.	9	Уход за волосами .	1
		Стрижка и мытье головы	1
		Средства и предметы ухода за волосами. Правила ухода за волосами.	1
		Беседа о необходимости носить чистую одежду	1
		Ручная и машинная стирка	1
		Виды ремонта одежды. Определение способа ухода за одеждой	1
		Как правильно чистить одежду	1
		Способы ухода за обувью. Мытье, чистка, ремонт	1
		Средства и предметы для ухода за обувью. .	1
Уход за жилищем	8	Признаки простуды	1
		Профилактика простудных заболеваний.	1
		Лекарственные средства для домашней аптечки.	1
		Гимнастика в домашних условиях	1
		Уход за больными.	1
		Беседа о здоровом образе жизни.	1
		Здоровое питание Приготовление салата из сырых овощей	1
		Ознакомление с правилами безопасности при работе с электроприборами.	1
Питание.	6	Правила поведение на улице	1
		Поведение в экстремальных ситуациях	1
		Экскурсия в медпункт	1
		Тренинги по оказанию первой мед	1

		помощи.	
		Жилище. Уборка помещения.	1
		Влажная уборка помещения	1
Безопасность в доме, на улице и в природе	7	Питание. Что едим на завтрак, обед , полдник и ужин.	1
		Правила приема пищи.	1
		Приготовление бутербродов	1
		Витамины.	1
		Безопасность в доме. Сломался водопровод	1
		«Опасные ситуации» - рассматривание картинок.	1
		Экскурсия в школьный сад	1

ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ

Формирование культурно-гигиенических навыков и элементарных представлений о здоровом образе жизни. Содержание коррекционно-развивающей работы направлено ни уточнение и закрепление навыков, формируемых в предыдущих классах.

Упражнения, настольно-печатные игры на узнавание и называние предметов гигиены с использованием вербальных и невербальных средств коммуникации (пиктографические поды, словесное и жестовое обозначение).

Рассматривание рук до мытья и после гигиенических процедур; наблюдения за качеством воды при первичном намыливании рук и смывании мыла с рук; действия с предметами домашнего обихода, личной гигиены, выполнение орудийных действий с предметами бытового назначения.

Уход за жилищем. Посуда и уход за ней. Вода для мытья посуды. Определение оптимальной температуры воды. Выявление последовательности мытья посуды (по пиктограммам).

Питание. Режим питания: повторение и уточнение того, что принято есть на завтрак, обед, полдник, ужин. Элементарные беседы о соблюдении режима питания. Повторение правил приема пищи (не торопиться во время еды, тщательно пережевывать пищу, есть, сидя за столом, не есть очень горячую и очень холодную пищу и др.).

Безопасность в доме, на улице и в природе. Моделирование следующих ситуаций: «Один дома», «Опасные предметы, которые нельзя брать», «В дверь позвонил незнакомый человек» и др. Уточнение поведения учащихся в этих ситуациях.

Выбор и номинация средств и предметов ухода за одеждой (порошок, вода, щетка, стиральная машина, утюг). Нахождение этих средств и предметов на картинках и в пространстве помещения комнаты.

Отработка алгоритма стирки мелкого белья: определение оптимальной температуры воды, безопасная дозировка порошка, соблюдение правил

безопасности во время пользования порошком, действия в случае попадания в глаза мыльной воды. (Интеграция с уроками по предмету «СБО».)
Беседы, рассматривание иллюстраций, просмотр видео фрагментов об опасных ситуациях на улице, во время поездок на природу и т. п. Формирование понятия «незнакомые люди». Дифференциация понятий «знакомые люди» и «незнакомые люди». Определение по фотографиям знакомых и незнакомых людей. Отработка алгоритма поведения с незнакомыми людьми. Проигрывание ситуаций по пиктограммам, в играх-драматизациях.
Наблюдение за движущимся транспортом и поведением пешеходов (с комментариями учителя). Чтение учащимися доступных их восприятию литературных произведений на тему безопасности жизнедеятельности. Ситуационные игры на темы безопасности в природе, на улице, в доме.

ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ

Формирование культурно-гигиенических навыков и элементарных представлений о здоровом образе жизни. Беседы с учащимися, практические действия по отработке процедуры ухода за глазами. Гимнастика для глаз. Формирование основных представлений об охране зрения в ходе дидактических упражнений, бесед о том, что для глаз полезно, а что вредно.
Уточнение знаний учащихся о свойствах воды. Беседы, дидактические игры и упражнения на уточнение представлений учащихся о том, что вода — важное средство подержания чистоты тела и жилища, вещество, необходимое для жизнедеятельности всего живого. (Интеграция с уроками по предмету «СБО».)
Уход за жилищем. Уточнение представлений учащихся о назначении моющих средств. Дидактические упражнения — выбор средств для мытья посуды. Практические действия (дозированное использование моющих средств, напяливание посуды специальной губкой, смывание теплой кодой). (Интеграция с уроками по предмету «СБО».)
Питание. Уточнение представлений учащихся о правилах хранения продуктов (хлеба, молочных продуктов).
Знакомство учащихся с понятием «витамины». Беседы с использованием наглядных материалов: продукты питания, содержащие витамины. Знакомство учащихся с правилами обработки фруктов и овощей (тщательно мыть, не есть гнилые фрукты и овощи). (Интеграция с уроками по предмету «СБО».)
Безопасность в доме, на улице, в природе. Беседы с наглядными примерами о правилах безопасности при пользовании электрическими розетками. Включение учащимися различных бытовых приборов в розетки (вместе с учителем). Закрепление установки на то, что по окончании пользования бытовыми приборами штепсель должен быть выключен из розетки.
Упражнения и беседы с учащимися для формирования алгоритма обращения с утюгом. Упражнения на закрепление навыка расположения утюга на гладильной доске. Включение и выключение утюга под присмотром учителя. Практические занятия: глажка носового платка. Закрепление правил

пожарной безопасности при пользовании утюгом. Рассматривание картинок, на которых изображены сюжеты неосторожного обращения с электрическими приборами. Выбор картинок с изображением правильного использования бытовых приборов.
Проигрывание ситуаций «переход через дорогу» по пешеходному переходу по сигналу светофора, без светофора.
Экскурсия к пешеходному переходу. Наблюдение за переходом пешеходов. Тренировочные упражнения: переход через дорогу по сигналу светофора в специально обозначенном месте.
Закрепление представлений учащихся об адресе, о необходимости хранить написанный на листочке адрес в кармане и помнить о месте его хранения. Упражнения: записывание учителем фамилии, адреса учащегося, складывание записки, помещение ее в карман и доставание по просьбе учителя.
Обучение учащихся следующим действиям: составить, свой адрес (название улицы) из букв разрезной азбуки; прочитать или найти карточку с названием улицы, номера дом» и квартиры. Проговаривание адреса. Нахождение адреса по пиктограмме. (Интеграция с уроками по предметам «Развитие речи и окружающий мир», «Графика и письмо», «Альтернативное чтение», «СБО».)
Проигрывание с учащимися ситуации «Я заблудился. К кому надо обратиться за помощью?».

Учебно-тематический план

№	Наименование темы	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	**Формирование культурно-гигиенических навыков.**	8	1		
2	**Уход за жилищем.**		6	2	
3	**Питание.**	-		2	4
4	**Безопасность в доме, на улице и в природе.**	-		4	3
	Всего: 30ч. **34 учебные недели**	8ч	7ч	8ч	7ч

Календарно – тематическое планирование по предмету **«Здоровье и основы безопасной жизнедеятельности»**

на 2019 – 2020 уч. год.

1 четверть

№	Тема	Кол во час	Дата	Прогнозируемый результат	Средства обучения	Деятельность учащихся	Направление коррекционной работы
1	Уход за волосами .	1	2.09	Формирование первичных представлений о ЗОЖ	Предметы личной гигиены	Словесное, жестовое обозначение в предметно – практической деятельности	Коррекция памяти
2	Стрижка и мытье головы	1	9.09	Расширение представлений о культурно – гигиенических правилах	Мыло, Полотенце, шампунь, машинка для стрижки	Рассматривание на картинках грязных и чистых волос	Коррекция внимания
3	Средства и предметы ухода за волосами. Правила ухода за волосами.	1	16.09	Умение правильно ухаживать за волосами	Мыло, Полотенце, расческа, фен.	Практическое занятие	Коррекция моторики рук
4	Беседа о необходимости носить чистую	1	23.09	Формирование навыков самообслуживания	Сюжетные картинки	Участие в беседе	Проговаривание и показ выполняемых

	одежду						действий.
5	Ручная и машинная стирка	1	30.09	Знакомство с пиктограммами отражающие способы ухода за одеждой	Экскурсия в прачечную	Чтение пиктограмм на бирке одежды	Коррекция памяти
6	Виды ремонта одежды. Определение способа ухода за одеждой	1	7.10	Знакомство с видами ремонта. Представление о моющих средствах	Образцы видов ремонта. Стиральный порошок и жидкие средства	Практическая работа. Стирка мелких вещей	Воспитание осторожного поведения с химическими веществами
7	Как правильно чистить одежду	1	14.10	Воспитание навыков самообслуживания	Разнообразные щетки.	Правила чистки одежды	Развитие моторики
8	Способы ухода за обувью. Мытье, чистка, ремонт	1	21.10	Способы ухода за обувью	Крем , щетки для обуви	Чистка обуви	Коррекция мелкой моторики

Календарно – тематическое планирование по предмету **«Здоровье и основы безопасной жизнедеятельности»**
на 2019 – 2020 уч. год.
2 четверть

№	Тема	Кол во час	Дата	Прогнозируемый результат	Средства обучения	Деятельность учащихся	Направление коррекционной работы
1	Средства и предметы для ухода за обувью. .	1	11.11	Формирование первичных представлений о средствах и	Щетки, ветошь, крем, гель	Практическая работа – чистка обуви	Воспитание осторожного поведения с химическими

				предметах для ухода за обувью			веществами
2	Признаки простуды	1	18.11	Знание признаков простуды	Учебный фильм «Признаки простуды»	Знакомство с признаками простуды	Коррекция внимания, развитие зрительного восприятия
3	Профилактика простудных заболеваний.	1	25.11	Формирование понятий «Профилактика простудных заболеваний»	Журналы «Здоровье», «Лечебные вести», «Доктор Айболит»	Просмотр журналов	Коррекция восприятия
4	Лекарственные средства для домашней аптечки.	1	2.12	Формирование понятий о лекарственных средствах	Лекарственные средства, перевязочный материал	Практическая работа. Перевязка	Коррекция мышления
5	Гимнастика в домашних условиях	1	9.12	Формирование в доступной форме первичных представлений о гимнастике	Санитарные правила и правила безопасности	Гимнастика для глаз, выполнение упражнений. ПБ	Коррекция зрительного восприятия, внимания
6	Уход за больными.	1	16.12	Иметь представление о том , как ухаживать за больным дома	Правила ухода за больным. Мультфильм «Азбука поведения»	Знакомятся с правилами ухода за больными	Коррекция мышления и моторики рук
7	Беседа о здоровом образе жизни.	1	23.12	Формирование понятия ЗОЖ в	Иллюстрации, плакаты, учебный	Слушаю беседу, рассматривают	Стремление к ЗОЖ

				доступной форме	фильм	плакаты, смотрят фильм	

Календарно – тематическое планирование по предмету «Здоровье и основы безопасной жизнедеятельности»
на 2019 – 2020 уч. год.
3 четверть

№	Тема	Кол во час	Дата	Прогнозируемый результат	Средства обучения	Деятельность учащихся	Направление коррекционной работы
1	Здоровое питание Приготовление салата из сырых овощей	1	13.01	Умение приготавливать салат	Продукты для салата, оборудование, техника безопасности	Работа в кабинете СБО, приготовление салата	Коррекция мелкой моторики
2	Ознакомление с правилами безопасности при работе с электроприборами.	1	20.01	Понимает, что электричество – это опасно	Памятки по пользованию электро приборами, планшет	Просмотр обучающего видеофильма по безопасности	Коррекция поведения
3	Правила поведение на улице	1	27.01	Выполнение правил поведения на дороге и в природе	Пособие «Безопасное поведение на улицах и дорогах	Просмотр мультфильма	Коррекция внимания
4	Поведение в экстремальных ситуациях	1	03.02	Понимая экстремальной ситуации	Игры «Доктор», «Пожар»	Игровые занятие	Коррекция памяти
5	Экскурсия в медпункт	1	10.02	Уметь описать симптомы	Занятие в школьном	Практическое занятие	Коррекция мышления

				недомогания	медпункте		
6	Тренинги по оказанию первой мед помощи.	1	17.02	Уметь измерить температуру, обработать рану	Градусник, бинт, вата, йод, вода	Практическая работа	Коррекция памяти
7	Жилище. Уборка помещения.	1	2.03	Как сделать сухую уборку помещения	Вода, ветошь, увлажнитель воздуха	Практическая работа	Коррекция внимания
8	Влажная уборка помещения	1	16.03	Как сделать влажную уборку помещения	Вода, ветошь, увлажнитель воздуха	Проигрывание ситуаций	Коррекция поведения

Календарно – тематическое планирование по предмету «Здоровье и основы безопасной жизнедеятельности»
на 2019 – 2020 уч. год.
4 четверть

1	Питание. Что едим на завтрак, обед , полдник и ужин.	1	30.03	Формирование представлений о ЗОЖ	Сюжетные картинки, карточки со словами, реальные предметы.	Просмотр учебного фильма. Манипуляции с дидактическим материалом	Коррекция памяти
2	Правила приема пищи.	1	6.04	Воспитание навыков самообслуживания	Планшетный компьютер.	Просмотр учебного фильма	Коррекция поведения
3	Приготовление бутербродов	1	13.04	Алгоритм приготовления бутербродов.	Правила ТБ при работе с ножом	Практическая работа	Коррекция внимания
4	Витамины.	1	20.04	О месте витаминов в рационе здорового	Витамины	Рассматривание, запоминаний	Развитие коммуникативных способностей

				питания			
5	Безопасность в доме. Сломался водопровод	1	27.04	Умеет адекватно повести себя в нестандартной ситуации	Карточки с рисунками	Моделирование ситуаций в игровой форме	Коррекция поведения
6	«Опасные ситуации» - рассматривание картинок.	1	18.05	Понимает, что такое опасная ситуация	Сюжетные картинки	Рассматривание картинок	Коррекция мышления
7	Экскурсия в школьный сад		25.05	Правильное поведение во время экскурсии	Правила поведения	Наблюдение за природой , сравнение времен года	Коррекция мышления

Материально–техническое обеспечение образовательного процесса.

Список литературы (основной):

- Программа образования учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью под редакцией Л.Б. Баряевой, СПб ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011
- Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. Я говорю! Я – ребёнок. Упражнения с пиктограммами: Рабочая тетрадь для занятий с детьми. – М. ДРОФА, 2007
- Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. Я говорю! Ребенок и его дом. Упражнения с пиктограммами: Рабочая тетрадь для занятий с детьми. – М. ДРОФА, 2007
- Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. Я говорю! Ребёнок в школе. Упражнения с пиктограммами: Рабочая тетрадь для занятий с детьми. – М. ДРОФА, 2008.
- Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. Я говорю! Ребёнок и явления в природе. Упражнения с пиктограммами: Рабочая тетрадь для занятий с детьми. – М. ДРОФА, 2008
- Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. Я говорю! Ребёнок и мир растений. Упражнения с пиктограммами: Рабочая тетрадь для занятий с детьми. – М. ДРОФА, 2008

- Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. Я говорю! Ребёнок и его игрушки. Упражнения с пиктограммами: Рабочая тетрадь для занятий с детьми. – М. ДРОФА, 2007.
- Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. Я говорю! Ребёнок и мир животных. Упражнения с пиктограммами: Рабочая тетрадь для занятий с детьми. – М. ДРОФА, 2007.
- Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. Я говорю! Ребёнок в семье. Упражнения с пиктограммами: Рабочая тетрадь для занятий с детьми. – М. ДРОФА, 2007.

Список литературы (дополнительный):

- Нищева Н.В. Программа коррекционно-развивающей работы в логопедической группе детского сада для детей с ОНР (с 4 до 7 лет). - СПб.: Детство-Пресс, 2007
- Гаврина С.Е., Кутявина Н.Л., Топоркова И.Т., Щербинина Н.Л. Тетрадь с заданиями для развития детей. Окружающий мир. Часть 1 – Предметы. -Киров.: ИП Бурдина С.В. , 2007

Демонстрационный, дидактический материал для обучающихся:

- игрушки музыкальные;
- игрушки сборно-разборные;
- иллюстративный материал (картины, фотографии), отражающий
- эмоциональный, бытовой, социальный, игровой опыт детей и др.;
- иллюстрации и открытки по произведениям художественной литературы,
- картины по сказкам;
- картинки с изображением различных предметов и игрушек, которые учащиеся используют в своих играх-занятиях;
- карточки со слогами, словами;
- карточки с пиктограммами;
- набор картинок с изображением знакомых детям объектов;

Электронные ресурсы

1. Сайты

- www.school-collection.edu.ru
- http://zavuch.info/forums.html
    - . http://www.logozavr.ru