

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 № 59/1 от «30.08» 2021

«Рассмотрено»:
на заседании МО нач кл
Протокол № 1
от « 25 » 08 2021 г

«Согласовано»
зам. директора по УВР
_____/Станина Л.В.
от « 30 » 08 2021 г.

«Принято»:
решением педагогического
совета ГБОУ с. Малый Толкай
Протокол №1 от «30.08» 2021

**Рабочая программа
по внеурочной работе:
«Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности
В 1 доп,1 классах.**

Программу составила: воспитатель
Краснощекова Н Г

с.Малый Толкай
2021-2022 учебный год

Пояснительная записка.

1. Закон РФ от 29 декабря 2012 г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ от 19 декабря 2013 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (АООП ОО УО 1 вариант) для 1-4 классов ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай.
4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.03.2021 года №115.
5. Санитарные правила СП 2.4.3648-20- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 .
6. Положение о рабочих программах отдельных учебных предметов (курсов), коррекционных курсов, внеурочной деятельности ГБОУ школы-интерната с.Малый Толкай . (приказ № 59/16 от 30.08.2021 года....)
7. Учебного плана ГБОУ школы-интерната с. Малый Толкай на 2021-2022 учебный год

Программа рассчитана, предназначена для работы с обучающимися с ограниченными возможностями здоровья 1^{доп} 1 класса в возрасте 7 – 8 лет.

Сроки реализации программы – 1 год.

Целью обучения данному предмету является освоение учащимися с умственной отсталостью системы жизненно-необходимых практических навыков и умений, обеспечивающих их адекватное поведение в реальной жизни. Обучение организуется с учетом региональных особенностей, в том числе климатических и сезонных изменений в природе.

В ходе уроков, включающих практические и игровые упражнения, решаются следующие **задачи**:

- сформировать представления о некоторых видах опасных ситуаций и способах поведения в опасных ситуациях, навыки осторожного и осмотрительного отношения к опасным ситуациям;

- научить называть свое имя, говорить о себе от первого лица;
- закреплять способности выражать свои потребности, значимые для здоровья и сохранения его, используя вербальные и невербальные средства общения;
- закреплять 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);
- научить элементарно описывать свое самочувствие, развивать способность привлечь внимание педагога в случае неважного самочувствия, недомогания;
- развивать устойчивый интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения, к развитию своей самостоятельности.

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 1 доп 1 классе – 35

Количество часов в неделю по учебному плану в 1 доп – 1 кл

Количество часов в год в I классе – 35

Количество часов по четвертям

Период	1 доп 1 классы
1 четверть	9 часов
2 четверть	7 часов
3 четверть	11 часов
4 четверть	8 часов
Всего:	35 часов

Планируемые 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;
 - научится 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);
 - научится 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 к 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	Планируемый результат	Средства обучения	Деятельность обучающихся	Направления коррекционной работы
	1 четверть						
1.	«Предметы утреннего туалета, их назначение и хранение».	1	01.09.21г	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	08.09.21г	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	15.09.21г	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	22.09.21г	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	29.09.21г	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	06.10.21г	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	13.10.21г	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	20.10.21г	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	27.10.21г	Уметь пользоваться предметами личной гигиены.	Практическое занятие. Презентация, портрет Злочки-Грязнучки.	Выполняют практическое задание.	Формирование умения выполнять простые поручения по словесному заданию.
10	Уход за руками «Рабочие инструменты человека».	1	10.11.21г	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».		17.11.21г	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 восприятия.

12	«Здоровая пища для всей семьи».	1	24.11.21г	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	01.12.21г	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	08.12.21г	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	15.12.21г	Знать правила культурного поведения в школе.	Беседа, сюжетные картинки.	Отвечают на вопросы.	Развитие слухового восприятия.
16	Инструктаж о правилах поведения	1	22.12.21г	Знать правила поведения во время каникул.	Инструктаж.	Расписываются в журнале по технике безопасности.	Развитие слухового восприятия.

	во время каникул.						
17	«Безопасность в доме». Проигрывание ситуации .	1	12.01.22г	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	19.01.22г	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	26.01.22г	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	02.02.22г	Знать о порядке расположения сигналов светофора.	Светофор, картинки с изображениями различного вида транспорта.	Играют в игру, запоминают расположение сигналов светофора.	Развитие зрительного восприятия.
21 22	«Охрана окружающей среды».	1	09.02.22г 16.02.22	Иметь представление о проблеме мусора.	Беседа, презентация, проектор, игра	Отвечают на вопросы, играют в	Развитие слухового восприятия.

					«Краб».	игру.	
23	Конкурс рисунков «Мы спасем свою планету».	1	23.02.22г	Уметь подобрать нужные цвета.	Карандаши, альбом, ластик.	Рисуют, выставляют свои работы на выставку.	Развитие воображения.
24	Профилактика простудных заболеваний. «Откуда берутся болезни?».	1	02.03.22г	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.
25	«Веселые старты».	1	09.03.22г	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения.	Мячи, обручи, скакалки.	Действуют сообща по сигналу.	Развитие общей моторики, ориентировки в пространстве.
26	Конкурс рисунков «Будем здоровы!».	1	16.03.22г	Уметь ориентироваться в пространстве на листке бумаги.	Краски, кисточки, стаканчик для воды.	Рисуют. Выставка работ.	Развитие воображения.
27	Практическое упражнение «Будем вытирать пыль».	1	23.03.22г	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.
28	«Уход за игрушками»	1	06.04.22г	Уметь принимать игровую задачу, выполнять действия с	Беседа о правилах гигиены, чтение стиха В. Приходько, кукла Таня	Отвечают на вопросы , выполнять действия с	Развитие мелкой моторики.

				предметами бытового назначения.	замаранная гуашью, ванночка, тазик, мыло, губка, леечка.	предметами бытового назначения.	
29	Дидактическая игра «Мы идем в продуктовый магазин».	1	13.04.22г	Знать классификацию предметов по признаку.	Карточки.	Играют в дидактическую игру.	Развитие внимания, зрительного восприятия.
30	Загадки доктора «Знайки».		20.04.22г	Уметь отгадывать загадки.	Загадки.	Ответы детей.	Развитие слухового восприятия.
31	«Полезен ли спорт для здоровья»	1	27.04.22г	Уметь изображать знакомые виды спорта.	Беседа, презентация. Игра «Что я изобразил».	Отвечают на вопросы. Изображают знакомые виды спорта.	Развитие воображения.
32	«Ловкие и смелые» Эстафета.	1	04.05.22г	Уметь играть в команде, действовать по сигналу.	Флажки красный , синий, мячи, обручи.	Действуют сообща по сигналу.	Развитие общей моторики, ориентировки в пространстве.
33	«Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным»	1	11.05.22г	Уметь отличать плохое от хорошего.	Запись песни В. Шаинского «Дружба, карточки с разными эмоциональными состояниями, игра «Хорошие и плохие	Слушают запись песни, обсуждают ситуации, играют в игру.	Развитие зрительного, слухового восприятия.

					поступки».		
34	«Правила безопасности на воде».	1	18.05.22г	Знать правила поведения на воде.	Инструктаж, плакаты.	Расписываются в журнале по технике безопасности.	Развитие слухового восприятия.
35	Инструктаж о правилах поведения во время каникул.	1	25.05.22г	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,

Технические средства обучения

Компьютер

Мультимедийный проектор

Экранно-звуковые пособия

Презентации по ОБЖ

Видеофильмы по ОБЖ