



Отдел образования администрации Невского района Санкт-Петербурга  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа №17  
Невского района Санкт-Петербурга

192131, Санкт-Петербург, ул. Бабушкина д.58 корп.1  
тел./факс 417-55-60 тел. 417-55-58

ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

ПРИНЯТО:  
на Педагогическом совете  
Протокол № 1  
от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор ГБОУ школа №17  
\_\_\_\_\_/С.В. Сандеева  
Приказ № 77-ш от 01.09.2023

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету «ЗДОРОВЬЕ И ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Предметная область «Окружающий мир»

Вид программы: Основная образовательная программа начального общего образования,  
адаптированной для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (для детей с  
умеренной и тяжелой умственной отсталостью (вариант 2)

12 класса

Составила: Степанова Ю.В.

Санкт-Петербург  
2023г.

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» для обучающихся 12в класса с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) реализует требования в предметной области «Окружающий мир» Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и является частью Адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа составлена в соответствии с:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2014 г. № 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";
- Приказ Министерства просвещения РФ от 24 ноября 2022 г. N 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"
- 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 РФ от 28.09.2020 № 28;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России от 28.08.2020 № 442;
- Уставом Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения школы №17 Невского района Санкт-Петербурга и другими Локальными актами школы № 17.

Цель обучения

создание условий для формирования навыков коммуникативного поведения на основе использования средств вербальной и невербальной коммуникации, способствующих развитию языковой компетенции, расширяющих возможности общения и образования.

Задачи рабочей программы:

- формировать элементарные навыки самообслуживания;
- формировать культурно-гигиенические навыки;
- познакомить учащихся с особенностями здоровья и здорового образа жизни и правилами поведения в различных ситуациях, исходя из требований безопасности жизнедеятельности;
- формировать умения элементарно описывать свое самочувствие, способности привлечь внимание педагога в случае неважного самочувствия, недомогания (с использованием вербальных и невербальных средств);
- формировать элементарных предпосылок экологического сознания;
- организовать предметно-развивающую среду для обучения учащихся правилам здоровьесбережения и безопасности;
- формировать интерес к изучению себя, своих физических возможностей, представлений о физических возможностях других людей;
- учить правилам поведения в ситуациях дорожного движения;

## 2. Описание места предмета в учебном плане

Предметная область	предмет	Кол-во часов в год	Кол-во часов в неделю
Окружающий мир	Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности	34	1

В соответствии с календарным учебным графиком, выходными и праздничными днями программа может быть скорректирована.

## 3. Ожидаемые результаты освоения учебного предмета.

Предмет «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» что учащиеся должны знать и уметь:

- иметь представления о процессах и алгоритме умывания, одевания, купания, еды, уборки помещения, атрибутах и основных действиях, сопровождающих их;
- знать назначение предметов ухода за одеждой и правила их безопасного использования;
- уметь элементарно описывать свое самочувствие, а также привлекать внимание педагога в случае неважного самочувствия, недомогания;
- уметь разрешать проблемные игровые ситуации, связанные с охраной здоровья;
- уметь использовать невербальные и вербальные средства общения в процессе самообслуживания, выполнения культурно-гигиенических процедур.

Результатом обучения по «Программе» должна стать социальная адаптация, максимально возможная самостоятельность в процессе жизнедеятельности.

*Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.*

Контроль достижений, обучающихся осуществляется путем наблюдения за выполнением диагностических заданий, позволяющих выявить и оценить результаты обученности.

## 4. Материально-техническое обеспечение.

*Учебно-методический комплекс:*

1. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой 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, 2011.- 480
2. Авдеева Н. Н., Князева Н. Л., Стеркина Р. Б. Безопасность: Рабочая тетрадь (1-4). — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009.
3. 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, 2008.
4. Баряева Л. Б., Логинова Е. Т., Лопатина Л. В. Я — говорю! Ребенок в школе: Упражнения с пиктограммами: Рабочая тетрадь для занятий с детьми. — М.: ДРОФА, 2008.

5. Безопасное поведение на улицах и дорогах: 1-4 кл.: Пособие для учащихся / Под ред. П. В. Ижевского. — М.: Просвещение, 2007.

*Материально-техническое оснащение образовательного процесса:*

учебные плакаты, дидактические материалы, таблицы, тематические карточки, дидактические игры

**Содержание учебного предмета.**

<b>Наименование разделов учебного предмета</b>	<b>Содержание тем учебного предмета</b>
<b>«Формирование культурно-гигиенических навыков и элементарных представлений о здоровом образе жизни»</b>	Безопасность в природе. Виды одежды. Чистая одежда. Предметы гигиены. Гигиенические процедуры. Здоровье человека; Части тела человека. Уход за глазами, ушами;, телом Правильное питание. Витамины.
<b>«Жилище»</b>	Бытовые предметы, предметы мебели. Предметы уборки; техника безопасности Последовательность действий при уборке; Обучение действий с бытовыми приборами; Последовательность действий по использованию инвентаря; Уход за комнатными растениями.
<b>«Питание»</b>	Столовые приборы; Алгоритм приготовления еды, действий во время еды; Сервировка стола; Полезные и вредные продукты.
<b>«Безопасность в доме, на улице, в природе».</b>	Правила пользования с бытовыми приборами; Электричество Правила дорожного движения Правила поведения дома, в школе, в парке; Поведение при встрече с незнакомыми людьми Стихийные бедствия. Оказание первой медицинской помощи

**Тематическое планирование с указанием основных видов учебной деятельности.**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата план</b>	<b>Дата коррекции</b>	<b>Количество часов, отведенных на тему</b>	<b>Тип урока</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Содержание видов учебной деятельности</b>	<b>Виды и формы контроля</b>
<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>							
1.	06.09		1	Урок усвоения знаний и умений.	Безопасность в природе	Организация рабочего места. Знакомство с новыми словами. Сравнение предметов и объектов. Работа с карточками. Работа в тетрадах.	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
2.	13.09		1	Урок усвоения знаний и умений.	Безопасность на улице		
3.	20.09		1	Урок усвоения знаний и умений.	Проветривание жилых помещений.		
<b>Питание</b>							
4.	27.09		1	Урок усвоения знаний и умений.	Состав меню	Знакомство с разнообразием меню. Повторение слов с помощью карточек. Сравнение предметов. Работа в тетрадах	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
5.	4		1	Урок усвоения знаний и умений.	Разнообразие меню		
<b>Безопасность в доме, в природе, на улице</b>							
6.	11		1	Урок	Техника в доме	Повторение названий	Индивидуальная

				применения знаний и умений.		приборов. Умение обращаться с приборами	форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
7.	18		1	Урок применения знаний и умений.	Электричество. Техника безопасности	Определение прибора на карточке, картинки. Работа в тетрадах	
<b>Питание</b>							
8.	25		1	Урок усвоения знаний и умений.	Здоровое питание. Овощи, фрукты, ягоды и их польза.	Знакомство с разнообразием продуктов питания. Повторение слов с помощью карточек.	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
9.	8		1	Урок усвоения знаний и умений.	Правила личной гигиены при приготовлении пищи	Сравнение предметов. Работа в тетрадах	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>							
10.	15		1	Урок усвоения знаний и умений.	Гигиена человека	Знакомство с гигиеническими правилами. Составление слов предложений. Графические работы	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций

11.	22		1	Урок усвоения знаний и умений.	Аптека. Лекарства	Рассказ об аптеках города. Знакомство с медикаментами	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
12.	29.11		1	Урок усвоения знаний и умений.	Дыхательные упражнения.	Показ дыхательных упражнений. Практические действия	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
13.	6.12		1	Урок усвоения знаний и умений.	Гимнастика для глаз.	Показ упражнений для глаз. Практические действия.	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
14.	13.12		1	Урок усвоения знаний и умений.	Уход за одеждой	Беседы о разных видах одежды Составление слов. Графические работы.	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
15.	20.12		1	Урок усвоения знаний и умений.	Уход за обувью	Способы ухода за одеждой и обувью.	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
<b>Жилище</b>							
16.	27.12		1	Урок	Бытовые приборы	Формирование	Индивидуальная

				усвоения знаний и умений.		навыка определения предмета	форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
17.	10.01		1	Урок усвоения знаний и умений.	Мебель в квартире	Знакомство учащихся с элементарными правилами расстановки мебели.	сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
<b>Безопасность в доме, в природе, на улице</b>							
18.	17.01		1	Урок усвоения знаний и умений.	Городской транспорт.	Беседа о безопасном поведении на транспорте. Правила дорожного движения.	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
19.	24.01		1	Урок усвоения знаний и умений.	Пригородный транспорт		
20.	31		1	Урок усвоения знаний и умений.	Правила поведения		
<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>							
21.	7.02		1	Урок усвоения знаний и умений.	Правила здоровья.	Беседа о правилах здорового образа жизни.	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при
22.	14.02		1	Урок усвоения знаний и умений.	Символы по уходу за одеждой	Беседы о разных видах одежды Составление слов. Графические работы.	сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при



23.	21.02		1	Урок применения знаний и умений.	Упражнение «Найди одежду и обувь по сезону»	Способы ухода за одеждой	выполнении действий/операций
24.	28		1	Урок усвоения знаний и умений.	Лекарства в доме	Знакомство с основными лекарственными средствами домашней аптечки и перевязочными материалами	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
25.	6.03		1	Урок усвоения знаний и умений.	Оказание первой помощи		
26.	13.03		1	Урок применения знаний и умений.	Упражнение «Один дома»	Закрепление правил поведения дома. Беседы, рассматривание иллюстраций. Графическая работа.	
27.	20.03		1	Урок применения знаний и умений.	Правила поведения на улице.		
<b>Безопасность в доме, в природе, на улице</b>							
28.	3.04		1	Урок применения знаний и умений.	Маршрут до дома	Закрепление правил дорожного движения. Беседы, рассматривание иллюстраций. Графическая работа.	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
29.	10.04		1	Урок применения знаний и умений.	Маршрут до метро		
30.	17.04		1	Урок применения знаний и умений.	Маршрут до школы		

				умений.			
<b>Питание</b>							
31.	24.04		1	Урок усвоения знаний и умений.	Витамины для здоровья	Знакомство с разнообразием продуктов питания. Повторение слов с помощью карточек. Сравнение предметов. Работа в тетрадях	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
32.			1	Урок усвоения знаний и умений.	Витаминный салат		
<b>Безопасность в доме, в природе, на улице</b>							
33.			1	Урок усвоения знаний и умений.	Улицы города	Сравнение предметов и объектов. Работа с карточками. Работа в тетрадях.	Индивидуальная форма контроля. Оценивается уровень сформированности представлений и самостоятельность обучающегося при выполнении действий/операций
34.			1	Урок усвоения знаний и умений.	Экстренные службы		

