



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. 417-55-58 тел./факс 417-55-60

ОКПО 53250470 ОКОГУ 23280 ОГРН 1027806078266 ИНН 7811066830 КПП 781101001

ПРИНЯТА

Педагогическим Советом

Образовательного учреждения

Протокол № 1 от 31.08.2022

УТВЕРЖДЕНА

Директор ГБОУ школы № 17

\_\_\_\_\_ Сандеева С.В.  
Приказ № 75-ш от 31.08.2022 года

### **Рабочая программа**

**Предмет: Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности.**

**Вид программы: ООП НОО с ОВЗ (с умеренной умственной отсталостью, ТМНР).**

**Класс: 10в**

Учитель: Рамазанов М.А.

Санкт-Петербург

2022

## Пояснительная записка

### 1. Цель с учетом специфики реализации учебного предмета.

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>	Предметы гигиены. Гигиенические процедуры. Здоровье человека. Называние частей лица; Уход за глазами; Уход за ушами; Правильное питание. Витамины.
<b>«Уход за жилищем»:</b>	Предметы уборки; Последовательность действий при уборке; Обучение действий с бытовыми приборами; Последовательность действий по использованию инвентаря; Уход за комнатными растениями.
<b>«Питание»</b>	Столовые приборы; Алгоритм действий во время еды; Сервировка стола; Полезные и вредные продукты.
<b>«Безопасность в доме, на улице, в природе».</b>	Правила пользования водопроводными кранами; Правила дорожного движения; Элементарные правила поведения на улице и дороге; Поведение при встрече с незнакомыми людьми; Труд пожарных; Причины пожара;

### Календарно-тематическое планирование

№	Дата план	Дата коррекции	Кол-во часов	Тип урока	Тема урока	Содержание видов учебной деятельности	Требования к усвоению материала	Виды и формы контроля
<b>1 четверть (8 часов)</b>								
1	01.09		1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Гигиенические процедуры	Формирование навыка ухода за телом		
2	08.09		1		Чистая одежда	Формирование навыка ухода за одеждой		
3	15.09		1	<b>Питание</b>	Здоровое питание	Формирование навыка правильного питания		
4	22.09		1		Игра «Найди нужный предмет»	Формирование навыка выбора предмета		
5	29.09		1	<b>Безопасность в доме, в природе, на улице</b>	Техника в доме	Беседы о бытовой технике		
6	06.10		1		Игра «Мы на улицу пойдём»	Беседы о правилах поведения		
7	13.10		1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Гигиена человека	Формирование навыка гигиены.		
8	20.10		1		Правильный уход за волосами.	Основные правила ухода за волосами		

**2 четверть (8 часов)**

9	27.10		1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Виды одежды	Беседы о разных видах одежды		
10			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Уход за одеждой	Способы ухода за одеждой: ручная и машинная стирка, химчистка, ремонт одежды		
11			1	<b>Питание</b>	Игра «А что в корзине?»	Формирование навыка определения предмета		
12			1	<b>Жилище</b>	Игра «Расставим мебель»	Знакомство учащихся с элементарными правилами расстановки мебели.		
13			1	<b>Безопасность в доме, в природе, на улице</b>	Домашняя техника	Формирование навыка безопасного обращения с электроприборами		
14		1	«Азбука безопасности»		Расширение представлений о поведении на улице			
15			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков</b>	Правила здоровья.	Правила здорового образа жизни. Чтение пиктограмм по теме		
16			1		Символы по уходу за	Знакомство с		

				<b>самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	одеждой	пиктограммами, отражающими способы ухода за одеждой.		
<b>3 четверть (10 часов)</b>								
17			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Упражнение «Найди обувь по сезону»	Беседы и закрепление представлений о необходимости носить обувь, соответствующую размеру ноги, удобную и чистую		
18			1	<b>Жилище</b>	Правила проветривания помещений	Проветривание: необходимость проветривания для здорового дыхания		
19			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Простудные заболевания	Формирование понятий «признаки простуды», «профилактика простудных заболеваний»		
20			1	<b>Питание</b>	Витаминный салат	Формирование навыка приготовления еды		
21			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных</b>	Лекарства в доме	Знакомство с основными лекарственными средствами домашней аптечки и перевязочными		

				<b>представлений о состоянии здоровья</b>		материалами		
22			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Упражнения для дыхания	Дыхательные упражнения, упражнения для глаз.		
23			1	<b>самобслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Упражнение «В аптеке»	Виртуальная экскурсия в аптеку, покупка лекарственных средств.		
24			1	<b>Безопасность в доме, в природе, на улице</b>	Азбука безопасности	Закрепление правил дорожного движения.		
25			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Сюжетно-ролевая игра «Доктор»	Беседы, рассматривание иллюстраций людей во время болезни.		
26			1	<b>элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Игра «В поликлинике»	Формирование навыка правильного поведения		
<b>4 четверть (8 часов)</b>								
27			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о</b>	Что такое «Первая помощь»	Расширение представлений о медицинской помощи		

				<b>состоянии здоровья</b>				
28			1	<b>Питание</b>	Витамины для здоровья	Расширение представлений о витаминах		
29			1	<b>Жилище</b>	«Чистота-залог здоровья»	Значение уборки для сохранения здоровья человека		
30			1	<b>Безопасность в доме, в природе, на улице</b>	Знаки ПДД	Формирование навыка определения знаков ПДД. Просмотр сюжета		
31			1	<b>Безопасность в доме, в природе, на улице</b>	Вода в доме и природе	Беседы о возможных неполадках системы подачи воды		
32			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Упражнение «Как оказать помощь»	Практические действия по оказанию помощи.		
33			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья</b>	Природа и человек	Формирование навыка сравнения. Просмотр сюжета по теме.		
34			1	<b>Безопасность в доме, в</b>	Игра «Экстренные	Обучение навыкам		



				<b>природе, на улице</b>	службы»	экстренного вызова помощи.		
--	--	--	--	--------------------------	---------	-------------------------------	--	--

