



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: 9в**

Учитель: Рамазанов М.А.

Санкт-Петербург

2022

## Пояснительная записка

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

Целью обучения является освоение учащимися жизненно-необходимых практических навыков и умений, обеспечивающих их адекватное поведение в реальной жизни.

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.

При переходе на дистанционный формат обучения, предусмотрена реализация тем с учетом всех возможных форм дистанционно-образовательных технологий.

### 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:

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

1.Авдеева Н. Н., Князева Н. Л., Стеркина Р. Б. Безопасность: Рабочая тетрадь (1-4). — СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009.

2. 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.

3. 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.

4. 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>
«Формирование культурно-гигиенических навыков и элементарных представлений о здоровом образе жизни».	Предметы гигиены. Гигиенические процедуры. Здоровье человека. Называние частей лица; Уход за глазами; Уход за ушами; Правильное питание. Витамины.
«Уход за жилищем».	Предметы уборки; Последовательность действий при уборке; Обучение действий с бытовыми приборами; Последовательность действий по использованию инвентаря; Уход за комнатными растениями.
«Питание».	Столовые приборы; Алгоритм действий во время еды; Сервировка стола; Полезные и вредные продукты.
«Безопасность в доме, на улице, в природе».	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
1	01.09		1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья.</b>	Уход за волосами.	Формирование навыка ухода за волосами.		
2	08.09		1		Гигиена волос.	Введение понятия «здоровые волосы».		
3	15.09		1	<b>Питание.</b>	Здоровое питание.	Формирование навыка правильного питания.		
4	22.09		1	<b>Жилище.</b>	«Если ты заболел...».	Формирование навыка выбора предмета.		
5	29.09		1	<b>Безопасность в доме, в природе, на улице.</b>	Техника в доме.	Формирование навыка поведения		
6	06.10		1		Предметы-помощники.	Ознакомление учащихся с правилами безопасного использования.		
7	13.10		1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья.</b>	Сюжетно-ролевая игра «Парикмахер».	Формирование навыка ухода за волосами. Основные правила		
8	20.10		1		Правильный уход за волосами.	ухода за волосами.		

9	27.10		1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья.</b>	«Моя одежда всегда в порядке».	Беседы и закрепление представлений о необходимости носить чистую одежду.		
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>	Овощи-кладовая здоровья.	Формирование навыка определения предмета.		
12			1	<b>Жилище.</b>	«Если в доме больной».	Знакомство учащихся с элементарными правилами ухода за больными.		
13			1	<b>Безопасность в доме, в природе, на улице.</b>	«С электричеством и газом».	Формирование навыка безопасного обращения с электроприборами.		
14		1	«Азбука безопасности».		Расширение представлений о поведении на улице.			
15			1	<b>Формирование культурно-гигиенических</b>	Здоровье –это здорово!	Правила здорового образа жизни. Чтение пиктограмм по теме		

16			1	<b>навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья.</b>	Символы по уходу за одеждой.	Знакомство с пиктограммами, отражающими способы ухода за одеждой.		
17			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья.</b>	Упражнение «Найди обувь к сезону».	Беседы и закрепление представлений о необходимости носить обувь, соответствующую размеру ноги, удобную и чистую.		
18			1	<b>Жилище.</b>	«Для чего проветривают комнату?».	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 у учащихся понятий «признаки простуды», «профилактика простудных заболеваний».		
20			1	<b>Питание.</b>	Острые предметы.	Формирование навыка показа.		
21			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных</b>	Осторожно-лекарства.	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>	Гимнастика для глаз.	Дыхательные упражнения, упражнения для глаз. Беседы с учащимися о роле гимнастики.		
23			1	<b>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>представлений о состоянии здоровья.</b>	Игра «В поликлинике».	Формирование навыка игры.		
27			1	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья.</b>	Окажи первую помощь.	Диалоги и упражнения при оказании первой медицинской помощи. Диалоги у постели больного.		
28			1	<b>Питание.</b>	Витамины для здоровья	Расширение представлений		

						учащихся 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>	Умные знаки.	Формирование навыка определения.		
31			1	<b>Безопасность в доме, в природе, на улице.</b>	Вода в доме.	Беседы с учащимися 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».	Тренинги по оказанию первой медицинской помощи. Первичная обработка раны.		
33			1	<b>Формирование культурно- гигиенических навыков, навыков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии здоровья.</b>	Я выбираю здоровье.	Беседа о значении отсутствии вредных привычек для здоровья человека. Просмотр мультфильмов по теме.		
34			1	<b>Безопасность в доме, в природе, на улице.</b>	Игра «Экстренные службы».	Обучение учащихся навыкам экстренного вызова помощи.		



