

**ПРИНЯТО**

Педагогическим Советом  
Протокол № 1 от 30.08.2018 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор

Ткачев Е.А.

Приказ № 148 от 31.08.2018 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по учебному предмету

**здоровье и основы безопасности жизнедеятельности**

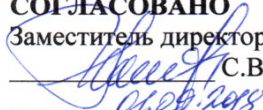
**для 4 класса «Особый ребенок»**

на 2018-2019 учебный год

Составитель:  
учитель начальных классов

М. Н. Абрамова

A handwritten signature in blue ink, corresponding to the name M. N. Abramova.

**СОГЛАСОВАНО**  
Заместитель директора по УВР  
С.В. Мальшакова  


Санкт-Петербург  
2018г.

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» для 4 класса «Особый ребенок» разработана на основе Образовательной программы начального общего образования ГБОУ школа № 69 Курортного района Санкт-Петербурга, адаптированной для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Федерального компонента Государственного стандарта основного общего образования и «Программы образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» под ред. Л.Б. Баряевой, Н.Н. Яковлевой 2011г.

Рабочая программа в соответствии с учебным планом ГБОУ школы № 69 на 2018-2019 учебный год рассчитана на 32 часа (исходя из 34 учебных недель в году), 1 час в неделю.

При разработке программы учитывался контингент детей класса. В классе обучается 2 учащихся с умеренной умственной отсталостью в возрасте 10-11 лет. Детям свойственны: несформированность познавательных процессов. Мышление конкретное, непоследовательное, тугоподвижное, неспособное к образованию отвлеченных понятий. Понимание речи ограничено, у 1 учащегося класса речь практически отсутствует. Развитие навыков самообслуживания у детей отстает. Наиболее часто возникают трудности в овладении навыками, требующими тонких дифференцированных движений пальцев: шнурование ботинок, застегивание пуговиц, завязывание ленточек и шнурков. Ученики нуждаются в постоянном контроле и помощи учителя.

У детей нарушено внимание, наблюдается отставание в развитии зрительного, слухового, тактильного и других анализаторов. Предметы и явления воспринимаются в общих чертах. В процессе восприятия не проявляют активность, нет умения выделять детали или особенности воспринимаемого и сравнивать их с такими же у другого предмета. Учащиеся не могут анализировать предмет, применять приемы сравнения, переноса. Ученики владеют элементарными графическими навыками: раскрашивают изображения с частичным выходом за контур, выполняют обводку линий, могут обвести по трафарету, могут катать колбаски из пластилина, навык резания ножницами наблюдается у одного школьника.

Для учащихся класса характерны наиболее типичные особенности личности умеренно умственно отсталых - отсутствие инициативы, самостоятельности, косность психики, склонность к подражанию другим, сочетание внушаемости с негативизмом, неустойчивость в деятельности. Имеющиеся нарушения сказываются в отсутствии эмоционального многообразия, недифференцированности чувств, а также в их косности и тугоподвижности. У одной учащейся обнаруживается отсутствие потребности к общению.

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, распределения содержания программы, исходя из психофизиологических особенностей класса.

**Цель программы:** расширения знаний учащихся об основах здорового образа жизни, о правилах социально-бытовой безопасности;

**Задачи:**

- изучение основ правил безопасного поведения и здорового образа жизни в соответствии с особенностями учащихся;
- стимулирование выработки умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

### Учебно – методический комплекс.

#### *Список литературы (основной)*

1. «Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» под редакцией Л.Б. Баряевой, СПб ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011
2. 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
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, 2007
4. 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.

5. 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
6. Баряева Л.Б. Азбука дорожного движения: Программно-методические рекомендации. – М.: ДРОФА, 2006
7. Детство без пожаров. Правила пожарной безопасности в играх и упражнениях/ Под ред. В.В.Груздева, С.В.Николаева, С.В.Жолована. –СПб.: ЦДК проф. Л.Б.Баряевой, 2010

#### **Список литературы (дополнительный)**

1. Белая К.Ю. Я и моя безопасность.- М.: Школьная книга,2014
2. Безопасность дома и на улице.- Донецк.: Проф. Пресс, 2014
3. Зайцев Г.К.Уроки Айболита. Расти здоровым - СПб.- ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2006
4. Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2006

#### **Материально-техническое (информационное, методическое) оснащение образовательного процесса:**

1. Классная магнитная доска.
2. Интерактивная доска.
3. Проектор.
4. Персональный компьютер.
5. Принтер.
6. Документ камера
7. Детские книги, раскраски.
8. Компьютерные презентации, видео- и компакт-диски
9. Аудиозаписи с детскими песенками сказками, различными звуками.
10. Иллюстрированный материал.
11. Распечатки учителя с заданиями, текстами, иллюстрациями.
12. Пиктограммы.
13. Серия предметных и сюжетных картинок.
14. Игрушки.
15. Информационные ресурсы Интернет: сайт [www.proskoly.ru](http://www.proskoly.ru)

#### **Требования к уровню подготовки.**

##### **Виды и формы контроля:**

- безоценочный;
- текущий контроль осуществляется на уроках в форме собеседования, практических работ, дидактических игр.

##### **Наиболее значимыми выделяются следующие уровни осуществления деятельности:**

- действие выполняется взрослым (ребенок пассивен, позволяет что-либо делать с ним);
- действие выполняется ребенком со значительной помощью взрослого;
- действие выполняется ребенком с частичной помощью взрослого;
- действие выполняется ребенком по последовательной инструкции (изображения или вербально);
- действие выполняется ребенком по подражанию или по образцу;
- действие выполняется ребенком полностью самостоятельно.

##### **Предполагаемые результаты освоения программы.**

###### **Учащиеся должны:**

- овладеть навыками поведения в быту и на улице;
- овладеть знаниями правил дорожного движения;
- овладеть правилами пользования общественным транспортом;
- овладеть правилами безопасности при работе с бытовой техникой;
- уметь соблюдать режимные моменты (чистка зубов утром и вечером, мытье рук после посещения туалета и перед едой);
- иметь элементарные представления о себе;

- уметь определять факторы, сохраняющие и разрушающие здоровье (плохо-хорошо, полезно-вредно для здоровья).

## 2. Содержание программы.

### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов
1.	Культурно-гигиенические навыки	8
2.	Уход за жилищем	7
3.	Питание	6
4.	Безопасность в доме, на улице и на природе	7
5.	Диагностика	4
	всего	32

### Содержание программы

#### ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ

**Формирование культурно-гигиенических навыков.** Формирование у учащихся алгоритма последовательных действий во время утреннего туалета. Предметы утреннего туалета, их назначение и хранение. Показ на пиктограммах последовательности действий при умывании, чистке зубов. Чтение учащимся стихов, рассказов о последовательности вышеперечисленных действий. Сопряженное проговаривание или пиктографическое «проговаривание» последовательных действий.

Рассматривание с учащимися предметов личной гигиены для ухода за полостью рта: зубной пасты, щетки, стаканчика для полоскания рта.

Имитационные игры и упражнения на формирование практических умений учащихся умывать лицо, мыть руки в определенной последовательности (с помощью учителя, по образцу). Использование в сюжетных играх и игровых упражнениях игрового модуля «Азбука здоровья и гигиены».

**Уход за жилищем.** Формирование алгоритма уборки постели после утреннего подъема. Рассматривание иллюстраций об уборке постели. Практические действия по уходу за кукольной кроватью. Рассматривание картинок, на которых изображен уход за бельем (стирка, сушка, глажение), объяснение важности чистого белья для здоровья человека. Номинация действий с использованием вербальных и невербальных средств общения.

**Питание.** Полезные продукты. Рассматривание иллюстраций с молочными продуктами (молоко, сметана, творог, кефир, масло). Чтение стихов, рассказов о том, что можно приготовить из этих продуктов и об их пользе для здоровья человека.

Упражнения в выборе иллюстраций с изображением молочных продуктов из множества других картинок.

Упражнения в намазывании масла на кусок хлеба, в использовании ложки при употреблении творога

Обучение учащихся правилам приема пищи, значимых для гигиены и здоровья: тщательно пережевывать пищу, есть не спеша, выпирать рот салфеткой после еды и т. д.

**Безопасность в доме и на улице.** Знакомство с утюгом. Совместное с учащимися рассматривание утюга в выключенном состоянии. Правила пользования утюгом. Имитационные игры и упражнения с игрушечным аналогом утюга. Беседа, в процессе которой учащимся объясняется, что прибор включать может только взрослый, что самостоятельное использование этого прибора может привести к пожару. Правила хождения по лестнице. Название деталей лестницы (ступени, перила). Практические упражнения в ходьбе по лестнице. Игры и игровые упражнения: «Раз — ступенька, два — ступенька», «Путешествие по лестнице» и др.. Экскурсия к дороге. Рассматривание дорожных знаков (светофор, пешеходный переход), движущего транспорта.

Сюжетно-дидактическая игра «Азбука дорожного движения» (при прямом руководстве учителя ходом игры), моделирующая ситуацию на улице.

#### ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ

**Формирование культурно-гигиенических навыков.** Узнавание, показ и номинация учащимися частей лица, соотнесение их с пиктограммами, картинками и фотографиями (с помощью учителя или самостоятельно): брови, ресницы, веки, глаза, уши, рот, щеки. Игры и игровые упражнения! «Я буду называть, а ты покажи то, что я называю», «Лото», «Составь картинку» и др.

Знакомство учащихся со способами ухода за глазами (вытирание слез, мытье глаз) в ходе упражнений и имитационных действий.

В ходе имитационных действий самостоятельное воспроизведение учащимися последовательности ухода за полостью рта, глазами (с опорой на пиктограммы и картинки).

Сопряженное или самостоятельное проговаривание учащимися потешек, стихов об уходе за полостью рта, глазами,

**Уход за жилищем.** Формирование практических действий по уходу за комнатными растениями (полив, опрыскивание). Обучение учащихся аккуратно и осторожно пользоваться инвентарем для полива и опрыскивания растений. Рассматривание картин и картинок, пиктограмм, фотографий о труде учащихся, других людей по уходу за растениями, чтение литературных произведений по данной тематике.

Рассматривание пылесоса, показ работы пылесоса. Отработка алгоритма работы с бытовым прибором на игрушечном аналоге.

**Питание.** Обучение учащихся пользоваться ножом и вилок. Полезные продукты питания (овощи). Блюда из овощей. Беседа с учащимися о том, что можно приготовить из овощей. Побуждение учащихся вспомнить и показать (назвать) блюда из овощей, которые готовят в школьной столовой. Беседа о значении овощей для здоровья человека.

**Безопасность в доме, на улице, в природе.** Рассматривание бытовых приборов: утюга, электрического чайника, пылесоса. Соотнесение бытовых приборов, изображенных на предметных картинках, с сюжетными картинками. Краткое и четкое объяснение учащимся, к чему может привести самостоятельное пользование этими приборами.

Игры, формирующие представления учащихся об элементах дороги, об участниках дорожного движения и правилах их поведения. Конструирование улицы с использованием элементов игрового комплекта «Азбука дорожного движения».

Чтение учащимся стихотворений, коротких рассказов, в которых говорится о причинах возникновения пожара и правилах соблюдения элементарной пожарной безопасности.

## Приложения

Приложение 1..... Календарно-тематическое планирование

Приложение 2.....Диагностика

Согласовано  
Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ / С.В. Мальшакова /

Утверждаю  
Директор ГБОУ школа № 69  
\_\_\_\_\_ / Е.А.Ткачев/

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
на 2018-2019 уч.год

**Предмет:** «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности»

**Класс:** 4 «Особый ребенок»

**Учитель:** Абрамова М.Н.

**Кол-во часов в неделю:** 1

**Кол-во часов в год:** 32

**I четв.:** 8 **II четв.:** 8 **III четв.:** 10 **IV четв.:** 6

**Календарно-тематическое планирование**

№ п/п	Наименование раздела программы	Тема урока	Кол-во часов	Информационно-методическое обеспечение, оборудование	Дата
1	<b>Диагностика</b>	Диагностика.	1	Тесты.	6.09
2		Диагностика.	1	Тесты.	13.09
3	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков.</b>	Предметы утреннего туалета (зубная щётка, зубная паста, стакан, полотенце), их назначение и хранение.	1	Предметы личной гигиены, пиктограммы с ними.	20.09
4		Составление алгоритма действий во время утреннего туалета. Выкладывание пиктограмм последовательности действий при умывании, чистке зубов.	1	Пиктограммы с предметами личной гигиены.	27.09
5		Упражнения на выбор и показ предметов личной гигиены.	1	Предметы, пиктограммы и картинки с предметами личной гигиены.	4.10
6	<b>Уход за жилищем.</b>	Рассматривание иллюстраций об уборке постели.	1	Сюжетные картинки по теме.	11.10
7		Составление алгоритма уборки постели после утреннего подъёма.	1	Пиктограммы и картинки .	18.10
8		Выкладывание пиктограмм последовательности уборки постели после утреннего подъёма.	1	Пиктограммы и картинки.	25.10
9	<b>Питание.</b>	Полезные продукты. Рассматривание иллюстраций с молочными продуктами (молоко, сметана, творог, кефир, масло).	1	Иллюстрации по теме.	8.11
10		Выбор иллюстраций с молочными продуктами из множества других. Рассказ о том, что можно из них приготовить.	1	Иллюстрации по теме.	15.11
11		Упражнения в намазывании масла	1	Продукты питания	22.11

		на кусок хлеба.		по теме.	
12	<b>Безопасность в доме и на улице.</b>	Знакомство с утюгом. Правила пользования утюгом.	1	Утюг, игрушечный аналог утюга.	29.11
13		Игры и упражнения с игрушечным аналогом утюга.	1	Утюг, игрушечный аналог утюга.	6.12
14		Правила хождения по лестнице. Называние деталей лестницы (ступени, перила).	1	Иллюстрации по теме.	13.12
15	<b>Формирование культурно-гигиенических навыков</b>	Показ и называние частей лица на себе.	1	Иллюстрация «Лицо человека», зеркало.	20.12
16		Соотнесение частей лица с пиктограммами, картинками и фотографиями.	1	Пиктограммы, картинки с частями тела.	27.12
17	<b>Диагностика</b>	Диагностика.	1	Тесты.	17.01
18		Игровые упражнения на узнавание частей лица.	1	Дидактические игры по теме.	24.01
19		Знакомство со способами ухода за глазами, полостью рта.	1	Пиктограммы по теме.	31.01
20		Выкладывание пиктограмм последовательности ухода за глазами, полостью рта.	1	Пиктограммы и картинки по теме.	7.02
21	<b>Уход за жилищем.</b>	Практические действия по уходу за комнатными растениями (полив, опрыскивание).	1	Фикус, картинки, пиктограммы, лейка.	14.02
22		Рассматривание картинок по уходу за комнатными растениями.	1	Иллюстрации по теме.	21.02
23		Пылесос, его назначение.	1	Пылесос, иллюстрации с пылесосом.	28.02
24		Алгоритм работы пылесоса.	1	Пиктограммы.	7.03
25	<b>Питание.</b>	Обучение учащихся пользоваться ножом и вилкой.	1	Предметы посуды.	14.03
26		Полезные продукты питания: овощи. Блюда из овощей.	1	Иллюстрации по теме.	21.03
27		Выбор иллюстраций с овощами из множества других.	1	Иллюстрации по теме.	4.04
28	<b>Безопасность в доме и на улице.</b>	Рассматривание бытовых приборов: утюг, электрический чайник, пылесос.	1	Иллюстративный материал «Бытовые приборы».	11.04
29		Соотнесение бытовых приборов на предметных картинках с сюжетными картинками.	1	Иллюстративный материал по теме.	18.04
30		Причины пожара, элементарные правила пожарной безопасности.	1	Иллюстрации по теме.	25.04
31		Участники дорожного движения и правила их поведения.	1	Дидактическая игра «Азбука дорожного движения».	16.04
32	<b>Диагностика</b>	Диагностика.	1	Тесты.	23.04

## ДИАГНОСТИКА

### ОСОБЕННОСТИ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИМСЯ

Цвет	Балл	Характеристика с указанием степени помощи учителя
<b>К</b>	<b>0</b>	Выполняет задание с полной физической поддержкой, педагог полностью управляет процессом
<b>О</b>	<b>1</b>	Выполняет задание «рука в руке», совместно, с появлением отдельных эпизодов начальной самостоятельной активности
<b>Ж</b>	<b>2</b>	Задание выполняет после многократного совместного выполнения (повторения) и при постоянной помощи педагога
<b>З</b>	<b>3</b>	Задание выполняет после инструкции и предшествующей совместной проработки, опираясь на алгоритм и частично на помощь педагога
<b>Г</b>	<b>4</b>	Задание выполняет после показа, опираясь на алгоритм и минимальную помощь педагога
<b>С</b>	<b>5</b>	Задание выполняет по образцу при постоянном поэтапном контроле со стороны педагога
<b>Ф</b>	<b>6</b>	Задание выполняет самостоятельно, требуется организующая помощь

### ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРНО-ГИГИЕНИЧЕСКИХ НАВЫКОВ.

	Года обучения.	4		
		н	с	к
	<b>Характеристика.</b>			
1.	Знает (показывает / называет) и придерживается элементарной последовательности действий при мытье рук.			
2.	Открывает и закрывает кран, различая горячую и холодную воду.			
3.	Знает (показывает / называет) и придерживается элементарной последовательности действий при умывании лица.			
4.	Знает (показывает / называет) и придерживается элементарной последовательности действий по уходу за полостью рта (чистит зубы, полощет рот).			
5.	Знает (показывает / называет) и придерживается элементарной последовательности действий по расчесыванию волос.			
6.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) и придерживается последовательности действий во время утреннего туалета.			
7.	Знает (показывает / называет) и выполняет элементарную последовательность действий по уходу за волосами (мытьё головы, сушка волос феном).			
8.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о способах ухода за глазами.			
9.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о способах ухода за ушами.			
10.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о закаливающих процедурах.			
11.	Знает (показывает / называет) и выполняет элементарную последовательность действий по уходу за носом (умеет пользоваться носовым платком).			
12.	Знает (показывает / называет) и придерживается элементарной последовательности действий при пользовании туалетом.			
13.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о лекарственных средствах и правилах их применения (бинт, термометр, зеленка и т.д.).			
14.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о последовательности действий при принятии душа.			
15.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о средствах по уходу за лицом (бритье, использование крема).			

### БЕЗОПАСНОСТЬ В ДОМЕ И НА УЛИЦЕ.



		4		
		Н	С	К
	<b>Года обучения.</b>			
	<b>Характеристика.</b>			
1.	Знает (показывает / называет) и выполняет правила безопасного обращения с водопроводным краном (обращение с холодной и горячей водой).			
2.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) об элементах дороги, об участниках дорожного движения.			
3.	Определяет местонахождение источника звука (звуки движущегося транспорта, сигнал автомобиля).			
4.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о сигналах светофора.			
5.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о правилах перехода дороги по нерегулируемому перекрестку.			
6.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о пожароопасных предметах (спички, зажигалка и т.д.).			
7.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о пожароопасных предметах – электроприборах (телевизор, электрический чайник).			
8.	Знает (показывает / называет) номера телефонов служб экстренной помощи (пожарная, полиция, скорая).			
9.	Имеет представление о правилах безопасного обращения с электрическими розетками. Умеет включать бытовые приборы в электрическую розетку.			
10.	Знает (показывает / называет) и выполняет правила безопасного обращения с электрическим чайником.			
11.	Знает (показывает / называет) и выполняет правила безопасного обращения с утюгом.			
12.	Имеет элементарные представления о пожаре (пожароопасные предметы, средства пожаротушения, деятельность пожарных) и действиях при пожаре (показывает / называет).			
13.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о правилах поведения при встрече с незнакомыми людьми на улице.			
14.	Делает вызов служб экстренной помощи (пожарная, полиция, скорая).			
15.	Имеет элементарные представления (показывает / называет) о последовательности действий, если потерялся (домашний адрес, к кому и как обратиться за помощью).			

**Лист корректировки**  
**предмет «Здоровье и ОБЖ»»**

Клас с	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту