Государственное казённое общеобразовательное учреждение Ленинградской области «Приозерская школа-интернат,

реализующая адаптированные образовательные программы»

|  |  |
| --- | --- |
| ПРИНЯТА | УТВЕРЖДЕНА |
| на педагог. совете | Распоряжение №274 |
| Протокол №1 | от 31.08.2018г |
| от 30.08.2018г |  |

**Адаптированная рабочая образовательная программа**

**по внеурочной деятельности**

**«Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности»**

**3 класс**

**(Вариант II)**

2018 – 2019 учебный год

Разработчик программы:

учитель О.В.Южанина

Оглавление

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п /п | Содержание | Страницы |
| 1 | Оглавление | 1 |
| 2 | Пояснительная записка | 2 |
| 3 | Тематический план | 5 |
| 4 | Содержание программы | 5 |
| 5 | Требования к уровню подготовки учащихся | 6 |
| 6 | Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса | 7 |
| 7 | Календарно-тематический план | 9 |
| 8 | Лист корректировки программы | 14 |

**2.Пояснительная записка**

Рабочая программа по предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)» составлена на основе: Адаптированной общеобразовательной программы начального общего образования ГКОУ ЛО «Приозерская школа-интернат, реализующая адаптированный общеобразовательные программы».

Обучение предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» организуется с учетом местных и региональных особенностей, в том числе климатических и сезонных изменений в природе. На уроках 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, о безопасности жизнедеятельности.

Учитель обучает детей использованию невербальных и вербальных средств общения в процессе самообслуживания, выполнения культурно-гигиенических процедур (сообщать о своих действиях, демонстрировать умения, обращаться за помощью в случае затруднений).

Учащиеся в доступной форме получают представления о том, что безопасность окружающего мира – необходимое условие существования каждого человека. Наряду с формированием представлений о собственной безопасности учащимся в доступной форме раскрываются основы безопасности окружающего мира природы.

Овладение учащимися основами безопасности жизнедеятельности напрямую связано с формированием у них социальных представлений, а именно к ним относятся представления о правилах пожарной безопасности, правилах дорожного движения, правилах поведения у водоемов и во время пребывания в них. Для воспитания интереса к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения с учащимися организуются экскурсии, наблюдения, проводятся сюжетно-дидактические и сюжетно-деловые игры. Важной задачей учителя является формирование у учащихся умений переносить в игру правила здоровьесберегающего и безопасного поведения (при активном участии учителя).

В соответствии с учебным планом школы на 2018-2019 учебный год, годовым календарным учебным графиком, праздничными днями, установленными постановлением Минтруда и расписанием уроков, данная рабочая программа рассчитана на 68час в год (исходя из 34 учебных недель в году).

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

В соответствии с требованиями базовой программы, курс «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» призван решить разнообразные образовательные, развивающие воспитательные задачи:

* ознакомление учащихся с особенностями здоровья и здорового образа жизни и правилам поведения в различных ситуациях, исходя из требований безопасности жизнедеятельности;
* организация предметно-развивающей среды для обучения учащихся правилам здоровьесбережения и безопасности;
* формирование речевой среды, речевой активности, интереса к предметному миру и человеку;
* формирование предметных и предметно-игровых действий, способности к коллективной деятельности;
* формирование и расширение словарного запаса, связанного с содержанием эмоционального, бытового, предметного, игрового, трудового опыта;
* формирование основы безопасности собственной жизнедеятельности;
* формирование навыков осторожного и осмотрительного отношения к опасным ситуациям;
* развитие умения называть свое имя, говорить о себе от первого лица;
* развитие способности выражать свои потребности, значимые для здоровья и сохранения его, используя невербальные и вербальные средства общения;
* развитие интереса к изучению себя, своих физических возможностей;
* развитие 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;
* развитие умения элементарно описывать свое самочувствие, способности привлечь внимание педагога в случае неважного самочувствия, недомогания;
* воспитание положительного настроя на выполнение элементарных гигиенических процедур, чувства радости от самостоятельных и совместных действий и их результатов.

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, перераспределение содержания программы по годам обучения.

**Основные направления коррекционной работы:**

* комплексное воздействие на учащегося, целью которого является активизация речевой, мыслительной и коммуникативной деятельности;
* использование «зоны актуального развития», проектирование «зоны ближайшего развития»;
* формирование и развитие положительной мотивации учебно-познавательной деятельности;
* осуществление индивидуального и дифференцированного подхода;
* практическое освоение умений коллективной деятельности и навыков социального поведения;
* использование охранительно-педагогического режима обучения.

В работе с детьми с умеренной и тяжелой умственной отсталостью используются здоровьесберегающие, интерактивные, игровые, развивающие технологии. Уроки строятся таким образом, чтобы были задействованы три составляющие деятельности: мотивационная, целевая и исполнительская. На уроках используются словесные, наглядные и практические методы обучения. Формами обучения учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью являются уроки-занятия, ориентированные на игровой, практический и наглядный метод обучения с частичным использованием словесного метода, который применяется только в сочетании с вышеперечисленными методами.

Текущий контроль обучающихся осуществляется ежедневно по 5-бальной системе оценивания. Результат продвижения учащихся в обучении определяется на основе анализа их деятельности в начале и конце года.

Программа предназначена для детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. В классе обучается 5 учащихся с различной структурой нарушений.

**3.Тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Содержание учебного материала | | Количество часов |
| Первое полугодие (16 ч) | | | |
| 1 | Диагностика | | 2 |
| 2 | Формирование культурно-гигиенических навыков | | 8 |
| 3 | Уход за жилищем | | 6 |
| 4 | Питание | | 8 |
| 5 | Безопасность в доме и на улице |  | 8 |
| Второе полугодие (15 ч) | | | |
| 1 | Формирование культурно-гигиенических навыков | | 8 |
| 2 | Уход за жилищем | | 7 |
| 3 | Питание | | 7 |
| 4 | Безопасность в доме и на улице | | 8 |
| 5 | Диагностика | | 2 |
|  | Итого | | 64 |

**4. Содержание программы**

ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ (16 ч)

Формирование культурно-гигиенических навыков. Формирование знаний учащихся о последовательности процесса умывания в имитационных упражнениях и практических действиях: использование мыла (намочить руки, взять мыло из мыльницы, намочить мыло, намылить руки, положить мыло в мыльницу), мытье рук круговыми движениями, стряхивание остатков воды с рук, использование полотенца (снять с крючка индивидуальное полотенце, вытереть руки, повесить на место). Дидактические игры и упражнения на выбор и называние с использованием не­вербальных и вербальных средств общения предметов личной гигиены (мыло, мыльница, полотенце).

Упражнения в открывании и закрывании кранов с использованием специального тренажера, снабженного разными по форме и способу открывания кранами. (Интеграция с уроками по предметам «Альтернативное чтение», «СБО».)

Уход **за** жилищем. Знакомство учащихся с предметами уборки жилища (ведро, тряпки). Соотнесение предметов для уборки жилища с соответствующими картинками и пиктограммами.

Практическое упражнение «Вытирание пыли с полок» (выполнение действий сопряженно с педагогом). (Интеграция с уроками по предметам «Альтернативное чтение», «Развитие речи и окружающий мир», «СБО».)

Питание. Знакомство или уточнение названий посуды и действий с ней (чашка, ложка, вилка, тарелка), Узнавание вышеперечисленных предметов на картинках и пиктограммах. Отработка действий ложкой во время еды (практические упражнения, сопряженные действия педагога и ребенка). (Интеграция с уроками по предметам «Альтернативное чтение» «Развитие речи и окружающий мир», «СБО»).

Безопасность в доме и на улице. Практические действия при открывании и закрывании водопроводных кранов в определенной последовательности (сначала - открывать кран с холодной водой, затем постепенно (медленно) с горячей).холодная вода, а в каком горячая (красный цвет — горячая вода, синий — холодная).Игры и игровые упражнения на определение транспортных средств, с которыми учащиеся встречаются в повседневной жизни (показ и называние картинок с изображением движущихся автомобилей, взрослых, держащих за руку детей при переходе улицы). (Интеграция с уроками по предмету «Развитие речи и окружающий мир».)

Игровые и речевые образные действия по усвоению элементарных правил поведения на улице, на дороге, в процессе сюжетных подвижных игр («Воробышки

и автомобили», «Поход в парк» и т. п.) с использованием отдельных элементов игры «Азбука дорожного движения» (светофор, пешеходная дорожка, зебра).

**ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ (15 ч)**

Формирование культурно-гигиенических навыков. Обучение учащихся умывать лицо. Практические занятия по усвоению навыка умывания лица, имитационные движения (вымыть руки, сложить ладони чашечкой, набрать воды, поднести к лицу и умыть его) Составление по пиктограммам последовательности действий при умывании.

Уход за жилищем. Практическое упражнение «Вытирание пыли с полок». Составление последовательности действий по пиктограммам. (Интеграция с уроками по предметам «Развитие речи и окружающий мир», «СБО».)

Питание. Обучение учащихся последовательности приема пищи (алгоритм отрабатывается по пиктограммам): ложкой берем столько еды, сколько можем сразу поместить в рот, едим аккуратно, жуем пищу медленно.

Безопасность в доме и на улице.Формирование умений учащихся открывать и закрывать двери в комнаты, подсобные помещения. Соотнесение последовательности действий с сюжетными картинками, пиктограммами. (Инте­грация с уроками по предметам «Развитие речи и окружающий мир», «Альтернативное чтение».)

Формирование умений учащихся определять и узнавать пожароопасные предметы (спички, зажигалки и пр.). (Интеграция с уроками по предметам «Развитие речи и окружающий мир», «Математические представления и констру­ирование», «СБО».)

**5. Требования к уровню подготовки учащихся.**

В результате изучения курса «ОБЖ» в 3 классе учащиеся должны **уметь:**

* мыть руки с использованием мыла, вытирать руки полотенцем (уметь снять его с крючка и повесить обратно);
* открывать и закрывать кран;
* определять по цвету кнопок на вентилях, в каком из них холодная, а в каком горячая вода;
* умывать лицо;
* соотносить предметы для уборки жилища с соответствующими картинками;
* вытирать пыль с полок;
* пользоваться посудой, знать ее название и предназначение;
* определять транспортные средства, с которыми встречается в повседневной жизни;
* применять в игре элементарные правила поведения на улице, на дороге;
* открывать и закрывать двери;
* определять и узнавать пожароопасные предметы.

**6. Перечень учебно-методического и материально-технического**

**обеспечения образовательного процесса**

**Используемый учебно-методический комплект**

|  |  |
| --- | --- |
| Программа | «Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» под ред. Л.Б. Баряевой, Н.Н. Яковлевой. Санкт-Петербург, ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2011г. |
| Дидактические средства для учащихся | Аудиальные: проигрыватель, CD- диски  Аудиовизуальные: кинофильмы, мультфильмы  Визуальные: книги, иллюстрации, картинки, пиктограммы, фотографии, игрушки, демонстрационные пособия |

**Список литературы**

1. 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
2. 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.
3. 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
4. Баряева Л.Б., Логинова Е.Т., Лопатина Л.В. «Я говорю! Ребёнок и его игрушки!» Упражнения с пиктограммами: Рабочая тетрадь для занятий с детьми. – М. ДРОФА, 2007.
5. Екжанова Е.А., Стребелева Е.А. Коррекционно-развивающее обучение и воспитание // Программа дошкольных образовательных учреждений компенсирующего вида для детей с нарушениями интеллекта. М.: Просвещение, 2003
6. Катаева А.А., Стребелева Е.А. Дидактические игры и упражнения в обучении умственно отсталых дошкольников. – М., 1990.
7. Петрова Е.А., Соловьева Л.М., Ивашова О.Н., Миргородская С.Ю., Тур Н.Б. Педагогическая диагностика детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью СПб 2014
8. Театрализованные игры в коррекционной работе с дошкольника­ми / Под ред. JI. Б. Баряевой, И. Г. Вечкановай. — СПб.: КАРО, 2009.
9. Ткаченко Т.А. Мелкая моторика. Гимнастика для пальчиков / Ил. Нитылкиной. – М.: Эксмо, 2010.
10. Шипицина Л.М. Развитие навыков общения у детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. – СПб.: СОЮЗ, 2004.

**Перечень материально-технического обеспечения**

* Диафильмы, видео- и компакт-диски с фрагментами телепередач, кинофильмов, отражающих жизнедеятельность людей, явления природы, жизнь животных.
* Иллюстрированный материал, отображающий эмоциональный, бытовой, социальный опыт детей.
* Пиктограммы.
* Предметы личной гигиены (мыло, полотенце).
* Посуда.
* Иллюстрированный материал с изображением предметов для уборки жилища, различных видов транспорта и игрушек, которые учащиеся используют в своих играх-занятиях.
* Игрушки.
* Полифункциональное игровое оборудование «Азбука дорожного движения"
* Компьютер.

**7. Календарно – тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата** | **Тема урока** | **Средства обучения** | **Обучающие и коррекционные задачи** |
| **1 четверть (16 часов)** | | | | |
| 1  2 | 4.09  6.09 | Диагностические задания, беседа, наблюдение | Диагностический пакет**,** картинки, игрушки, иллюстрации | Выявление актуального уровня психического развития с целью создания оптимальных условий обучения |
| Формирование культурно-гигиенических навыков | | | | |
| 3  4 | 11.09  13.09 | Формирование знаний о КГН, элементарных правилах гигиены.  Дидактические игры с использованием игрушек заменителей. | Мыльница с мылом, полотенца, игрушки. Видеозаписи о КГН, компьютер | Формирование культурно-гигиенических навыков, стимулирование познавательной активности |
| 5  6 | 18.09  20.09 | Упражнения в открывании и закрывании крана.  Потешки ,стихи, дидактические игры по теме. | Игрушки, детские книги с потешками и стихами | Формирование культурно-гигиенических навыков, стимулирование познавательной активности |
| Уход **за** жилищем | | | | |
| 7  8 | 25.09  27.09 | Знакомство с предметами уборки жилища (ведро, тряпки, швабра, веник, совок и т.д.) | Игрушки заменители, картинки, видеозаписи, компьютер | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности |
| 9  10 | 2.10  4.10 | Соотнесение предметов для уборки жилища с соответствующими картинками и пиктограммами | Картинки, пиктограммы, игрушки заменители | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности |
| Питание | | | | |
| 11  12 | 9.10  11.10 | Знакомство с посудой и её названиями (чашка, ложка, вилка, тарелка).  Узнавание на картинках и пиктограммах. | Игрушки заменители, картинки, пиктограммы | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности |
| 13  14 | 16.10  18.10 | Знакомство с посудой и её названиями (чашка, ложка, вилка, тарелка).  Узнавание на картинках и пиктограммах. | Игрушки заменители, картинки, пиктограммы | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности |
| Безопасность в доме и на улице | | | | |
| 15 | 23.10 | Практические действия при открывании и закрывании водопроводных кранов.  Определение по цвету кнопок: красная -горячая вода, синяя -холодная вода . | Картинки, кран, игрушки, видеозаписи, компьютер | Формирование культурно-гигиенических навыков, стимулирование познавательной активности |
| 16 | 25.10 | Игры и игровые упражнения по ПДД  «Азбука дорожного движения». | Картинки, игрушки, видеозаписи, компьютер | Социальное и нравственное развитие, коррекция познавательной деятельности |
| **2 четверть (16 часов)** | | | | |
| Формирование культурно-гигиенических навыков | | | | |
| 1  2 |  | Формирование знаний о КГН, элементарных правилах гигиены.  Дидактические игры с использованием игрушек заменителей. | Мыльница с мылом, полотенца, игрушки. Видеозаписи о КГН, компьютер | Формирование культурно-гигиенических навыков, стимулирование познавательной активности |
| 3  4 |  | Упражнения в открывании и закрывании крана.  Потешки ,стихи, дидактические игры по теме. | Игрушки, детские книги с потешками и стихами | Формирование культурно-гигиенических навыков, стимулирование познавательной активности |
| Уход **за** жилищем | | | | |
| 5  6  7 |  | Практические упражнения и игры с предметами уборки жилища | Игрушки заменители, картинки, видеозаписи, компьютер | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности, коррекция познавательной деятельности |
| Питание | | | | |
| 8  9  10 |  | Уточнение названий посуды и действий с ней. Узнавание посуды на картинках и пиктограммах | Игрушки заменители, картинки, пиктограммы | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности, коррекция познавательной деятельности |
| 11  12 |  | Практические упражнения и игры с посудой | Игрушки заменители, картинки, видеозаписи, компьютер | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности, коррекция познавательной деятельности |
| Безопасность в доме и на улице | | | | |
| 13  14 |  | Игры и игровые упражнения на определение транспортных средств | Картинки, игрушки, видеозаписи, компьютер | Социальное и нравственное развитие, коррекция познавательной деятельности |
| 15  16 |  | Игры и игровые упражнения по ПДД  «Азбука дорожного движения». | Картинки, игрушки, видеозаписи, компьютер | Социальное и нравственное развитие, коррекция познавательной деятельности |
| **3 четверть (21 ч.)** | | | | |
| Формирование культурно-гигиенических навыков | | | | |
| 1  2  3 |  | Обучение учащихся умывать лицо. Упражнения и игровые задания: «Умываем лицо»  Практические задания по усвоению навыка | Полотенца, игрушки. Видеозаписи о КГН, компьютер | Формирование культурно-гигиенических навыков, стимулирование познавательной активности |
| 4  5 |  | Практические задания по усвоению навыка умывания лица. Составление по пиктограммам последовательности действий при умывании. | Полотенца, игрушки, картинки, пиктограммы. Видеозаписи о КГН, компьютер | Формирование культурно-гигиенических навыков, стимулирование познавательной активности |
| Уход **за** жилищем | | | | |
| 6  7 |  | Соотнесение предметов для уборки жилища с соответствующими картинками и пиктограммами | Картинки, пиктограммы, игрушки заменители | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности, коррекция познавательной деятельности |
| 8  9  10 |  | Практическое упражнение «Вытирание пыли с полок». Составление последовательности действий по пиктограммам. | Картинки, пиктограммы, игрушки заменители | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности, коррекция познавательной деятельности |
| Питание | | | | |
| 11  12  13  14 |  | Обучение последовательности приема пищи. Составление последовательности действий по пиктограммам. | Картинки, пиктограммы, игрушки заменители | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности, коррекция познавательной деятельности |
| Безопасность в доме и на улице | | | | |
| 15  16  17 |  | Игровые упражнения и задания на открывание и закрывание дверей. Соотнесение последовательности действий с картинками, пиктограммами | Дверь, картинки, пиктограммы | Социальное и нравственное развитие, коррекция познавательной деятельности |
| 18  19  20  21 |  | Обучение определять и узнавать пожароопасные предметы. Игровые упражнения «Уроки пожарной безопасности» | Картинки, игрушки, видеозаписи, компьютер | Социальное и нравственное развитие, коррекция познавательной деятельности |
| **4 четверть (16 часов)** | | | | |
| Формирование культурно-гигиенических навыков | | | | |
| 1  2 |  | Формирование знаний о КГН, элементарных правилах гигиены.  Дидактические игры с использованием игрушек заменителей. | Мыльница с мылом, полотенца, игрушки. Видеозаписи о КГН, компьютер | Формирование культурно-гигиенических навыков, стимулирование познавательной активности |
| 3  4 |  | Формирование знаний о КГН, элементарных правилах гигиены. | Мыльница с мылом, полотенца, игрушки. Видеозаписи о КГН, компьютер | Формирование культурно-гигиенических навыков, стимулирование познавательной активности |
| Уход **за** жилищем | | | | |
| 5  6 |  | Практические упражнения и игры с  предметами уборки жилища | Игрушки заменители, картинки, видеозаписи, компьютер | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности, коррекция познавательной деятельности |
| Питание | | | | |
| 7  8 |  | Практические упражнения и игры с посудой. Игровые упражнения «Правила поведения во время приема пищи» | Игрушки заменители, картинки, видеозаписи, компьютер | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности, коррекция познавательной деятельности |
| 9  10 |  | Практические упражнения и игры с посудой. Игровые упражнения «Правила поведения во время приема пищи» | Игрушки заменители, картинки, видеозаписи, компьютер | Развитие интереса к окружающей действительности и стимулирование познавательной активности, коррекция познавательной деятельности |
| Безопасность в доме и на улице | | | | |
| 11  12 |  | Обучение определять и узнавать пожароопасные предметы. Игровые упражнения «Уроки пожарной безопасности» | Картинки, игрушки, видеозаписи, компьютер | Социальное и нравственное развитие, коррекция познавательной деятельности |
| 13  14 |  | Игры и игровые упражнения по ПДД  «Азбука дорожного движения». | Картинки, игрушки, видеозаписи, компьютер | Социальное и нравственное развитие, коррекция познавательной деятельности |
| 15  16 |  | Диагностические задания, беседа, наблюдение | Диагностический пакет**,** картинки, игрушки, иллюстрации | Контроль динамики психического развития с целью создания оптимальных условий обучения |

**8. Лист корректировки программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Четверть | Количество часов по программе | Количество часов по рабочей программе | Дано фактически | Выполнение программы |
| **1** |  |  |  |  |
| **2** |  |  |  |  |
| **3** |  |  |  |  |
| **4** |  |  |  |  |
| **За год** |  |  |  |  |