**Государственное казенное общеобразовательное учреждение   
«Волгоградская школа – интернат №2»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Согласована»  РуководительМО \_\_\_\_\_\_\_\_\_( Э.А.Довгаль)  Принята решением педагогического совета протокол от 28 августа 2025 г. № 1  Рассмотрена на заседании МО протокол  от «28» августа 2025г. №1 | «Согласована»  заместитель директора \_\_\_\_\_\_\_\_ (О.Н. Персидская) | «Утверждена»  директор ГКОУ  «Волгоградская школа-интернат №2  \_\_\_\_\_\_\_\_ (А.М.Небыков) |
|  |  | Введена в действие приказом  от 28 августа 2025 г. № 312 |

**Рабочая программа**

**по учебному предмету**

**«Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности(ОБЖ)»**

**для 11 « Б » класса (вариант 2)**

**на 2025-2026 учебный год**

|  |
| --- |
| Разработала:  учитель Бражник  Ольга Владимировна |

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности(ОБЖ)»для 11класса разработана на основании нормативных документов:

* Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
* приказ Министерства образования Российской Федерации от 10.04.2002 года № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся воспитанников с отклонениями в развитии»;
* приказа Министерства просвещения Российской Федерации» от 22.03.2021 № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования";
* санитарные правила 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 Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28;
* санитарные правила и нормы САНПИН 1.2.3685-21 "гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» утвержденные постановлением главного государственного санитарного врача российской федерации федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 28 января 2021 г.
* приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 26.06.2025 № 495 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и установлении предельного срока использования исключенных учебников и разработанных в комплекте с ними учебных пособий";
* Программа образования учащихся с умеренной и тяжёлой 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, 2011г.;

**Целью обучения** *данному предмету является создание условий для освоения учащимися системы жизненно-необходимых практических навыков и умений, обеспечивающих их адекватное поведение в реальной жизни.*

Основные **задачи**:

* ознакомление учащихся с особенностями здоровья и здорового образа жизни и правилами поведения в различных ситуациях, исходя из требований безопасности жизнедеятельности;
* формирование элементарных навыков самообслуживания, культурно-гигиенических навыков, выполняемых 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;
* организация предметно-развивающей среды для обучения учащихся правилам здоровьесбережения и безопасности;
* формирование способности учеников к моделированию и символизации в действиях с игровыми алгоритмами настоящих предметов, предметами – заменителями, картинками и пиктограммами в обучающих предметно-практических упражнениях, игровых упражнениях и играх.

**Учебно-тематический план.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема раздела** | **Кол-во часов** |
| 1 | Культурно-гигиенические навыки, навыки самообслуживания и состояние здоровья | 8 |
| 2 | Уход за жилищем | 8 |
| 3 | Питание | 4 |
| 4 | Безопасность в доме, на улице, в природе | 14 |
|  | Итого: | 34 |

Рабочая программа составлена в соответствии с учебным планом ОУ и рассчитана на 34 часа (исходя из 34 учебных недель в году) (учебная нагрузка – 1ч в неделю).

**Содержание предмета.**

Первое полугодие.

**Культурно-гигиенические навыки, навы​ки самообслуживания и со​стояние здоровья.**

Проигрывание ситуаций «В аптеке»: обращение к фармацевту с просьбой в вербальной и невербальной форме. При невербальном обращении учить детей правильно использовать пиктограммы : покупка лекарственных средств.

Упражнения в оказании первой медицинской помощи. Измерение темпертуры. Первичная обработка раны.

**Уход за жилищем.**

Значение растений для здоровья человека. Уход за комнатными растениями. Обучение учащихся правилам ухода за растениями (полив,рыхление почвы, обрезка сухих листьев, подкормка и др.)

**Питание.**

Беседа о значении фруктов для здоровья человека, о пользе соков и напитков, приготовленных из фруктов. Чтение сказок, рассказов, просмотр видеосюжетов о пользе фруктов.

**Безопасность в доме, на улице , в природе.**

В специально организованных ситуациях побуждение учащихся к рассказыванию по картинам, картинкам и иллюстрациям с привлечением собственных впечатлении, «личного опыта» о безопасности поведения в природе. Знакомство с информационными, предупреждающими знаками о запрете на разведение костров. Беседы о том, почему так опасен непогашеный костер. Показ видеосюжетов об опасности лесных пожаров.

Расширение ранее сформированных представлений уча​щихся о поведении на улице, о правилах перехода через дорогу. Проигрывание ситуации перехода через дорогу в специально организованных условиях. Отработка навыка перехода через дорогу по светофору сначала с помощью педагога, а затем под его наблюдением самостоятельно.

**Второе полугодие**.

**Культурно-гигиенические навыки, навы​ки самообслуживания и со​стояние здоровья.**

Интимная гигиена. Значение чистоты нижнего белья, средства интимной гигиены (гель, мыло, гигиенические прокладки на каждый день и в критические дни и пр.) Покупка средств интимной гигиены при помощи педагога и самостоятельно.

**Уход за жилищем.**

Уборка помещения. Беседы о необходимости уборки помещения. Рассматривание картинок, иллюстраций, изображающих чистую и грязную комнаты. Чтение рассказов, стихов, компьютерные игры («Расставь правильно», «Разложи вещи по полкам») Интеграция с уроками по предмету СБО).

**Питание.**

Режим питания. Беседы о важности режима питания (завтрак, обед, полдник, ужин). Определение времени приема пищи. Обучение учащихся составлению меню на завтрак и полдник .Выбор продуктов питания для приготовления завтрака и полдника по картинкам, при помощи настольно-печатных и компьютерных игр, презентаций.

**Безопасность в доме, в природе, на улице.**

Просмотр видеосюжетов, чтение книг., журналов, рассматривание иллюстраций об опасных ситуациях в доме, на дороге, на улице, в лесу ( «Один дома», « Встреча с незнакомым человеком», « Я еду в транспорте, иду в магазин, отдыхаю в парке, в лесу» и пр) Проигрывание правильного поведения в ситуациях, увиденных в видеосюжетах.

**Планируемые результаты реализации программы.**

Учитывая индивидуальные особенности детей, в процессе изучения тематических групп по предмету, класс условно можно разделить на **2 группы:**

К концу года предусматривается усвоение программного материала в соответствии с уровнем развития: **1,2 уровень соответствует 1,2 группе**.

***Предметные результаты:***

**Достаточный уровень:**

**Ученики должны знать:**

- Последовательность этапов выполнения гигиенических процедур (умывание, чистка зубов, одевание, причесывание)

* Предметы уборки в жилище (веник, ведро, тряпки, швабра).
* Правила дорожного движения для пешеходов.
* Виды транспортных средств и их назначение.
* Правила поведения за столом.
* Режим питания и его значение для человека.
* Средства пожаротушения.

**Ученики должны уметь:**

* Выполнять основные гигиенические процедуры в определенной последовательности с использованием пиктограмм.
* Выбирать и пользоваться средствами и инвентарём по уходу за жилищем.
* Пользоваться правилами дорожного движения для пешеходов при следовании от дома до школы и обратно.

**Минимальный уровень:**

**Ученики должны знать:**

* Последовательность этапов выполнения гигиенических процедур (чистка зубов, умывание, одевание, причесывание).
* Предметы уборки в жилище (веник, ведро, тряпки, швабра).
* Последовательность приема пищи.

**Ученики должны уметь:**

* Выполнять основные гигиенические процедуры в определенной последовательности с использованием пиктограмм.
* Пользоваться инвентарём по уходу за жилищем (вытирать пыль, вытирать классную доску).

**Критерии и нормы оценки достижений обучающихся:**

Задания оцениваются по пятибалльной системе в соответствии с двумя уровнями подготовки учащихся.

«Удовлетворительно» - если усвоено 35 -50 % учебного материала. Задания выполняются при участии или совместно с учителем;

«Хорошо» - если усвоено 50 - 65% учебного материала. При выполнении задания допускается 3-4 ошибки и требуется небольшая помощь учителя. Кроме того оценка «хорошо» может быть поставлена обучающемуся, как стимулирующий фактор. В данном случае может учитываться состояние и настроение обучающегося.

«Отлично» - если усвоено 65% и выше учебного материала, все устные и практические задания выполнены практически самостоятельно и без ошибок.

При реализации данной программы используется форма **контроля** – индивидуальная.Контроль (диагностика) проводится в начале учебного года (вводный контроль) и итоговый (в конце учебного года).

У**чебно-методическое и материально-техническое обеспечение.**

Наборы предметных картинок; дидактические таблицы; дидактический раздаточный материал (карточки с заданиями); классная доска с набором креплений для картинок, постеров, таблиц.

**Список методической литературы:**

* Е.Запесочная «Как устроен человек.», М. «Дрофа», 2013г.
* Пособие по правилам дорожной безопасности для младшего школьного возраста, выпуск № 9, 2012г.
* Пособие по правилам дорожной безопасности для младшего школьного возраста, выпуск № 5, 2012г.
* Пособие по правилам дорожной безопасности для младшего школьного возраста, выпуск № 1, 2013г.
* Пособие по правилам дорожной безопасности для младшего школьного возраста, выпуск № 3, 2012г.
* «Дорожная безопасность», учебная книжка-тетрадь для 2 класса», М. «Третий мир», 2008г.

**Государственное казенное общеобразовательное учреждение   
«Волгоградская школа – интернат №2»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Согласовано»  РуководительМО \_\_\_\_\_\_\_\_\_( )  Принято решением педагогического совета протокол  от 28 августа 2025 г. №1  Рассмотрено и рекомендовано к утверждению на заседании МО протокол  от «28» августа 2025г. № 1 | «Согласовано»  заместитель директора \_\_\_\_\_\_\_\_ (О.Н. Персидская)  28августа 2025г. | Утверждено и введено в действие приказом  от 28 августа 2025г. № 312 |

**Календарно-тематическое планирование**

**по учебному предмету**

**«Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности(ОБЖ)»**

**для 11 « Б » класса (вариант 2)**

**на 2025-2026 учебный год**

Разработала: учитель

Бражник Ольга Владимировна

**Календарно-тематическое планирование по здоровью и основам безопасности жизнедеятельности 11 «Б» класс (вариант 2)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Кол-во**  **часов** | **Дата** | **Примечание** |
| 1 | Личная гигиена в течении дня. Обобщение знаний учащихся. | 1ч | 05.09.25 | 1ч |
| 2 | Интимная гигиена подростков. | 1ч | 12.09 |  |
| 3 | Уборка класса. Хозяйственный инвентарь и его назначение. | 1ч | 19.09 |  |
| 4 | Хозяйственный инвентарь. Называние и выбор предметов инвентаря. | 1ч | 26.09 |  |
| 5 | Безопасность в доме и на улице. Противопожарная безопасность. | 1ч | 03.10 |  |
| 6 | Безопасность в доме и на улице. Правила поведения на кухне, в ванной комнате. | 1ч | 10.10 |  |
| 7 | Питание. Правила поведения за столом во время приема пищи. | 1ч | 17.10 |  |
| 8 | Безопасность в доме. Последовательность пользования кранами с холодной и горячей водой. | 1ч | 24.10 |  |
| 9 | Дорога от дома до школы и обратно. Алгоритм безопасного движения. | 1ч | 07.11 | 2ч |
| 10 | Лицо. Его части: брови, ресницы, веки, глаза, уши, рот, щеки. | 1ч | 14.11 |  |
| 11 | Глаза. Значение, уход. | 1ч | 21.11 |  |
| 12 | Глаза. Профилактика болезней глаз. | 1 ч | 28.11 |  |
| 13 | Глаза. Гимнастика для глаз. | 1ч | 05.12 |  |
| 14 | Посуда. Уход за посудой. Моющие средства для посуды. | 1ч | 12.12 |  |
| 15 | Посуда. Алгоритм мытья посуды. | 1ч | 19.12 |  |
| 16 | Хозяйственный магазин. Сюжетно-дидактические игры. | 1ч | 26.12 |  |
| 17 | Каникулы. Правила поведения во время каникул. | 1ч | 16.01 | 3ч |
| **18** | **Формирование культурно-гигиенических навыков.** Средства для мытья тела и головы. | 1ч | 23.01 |  |
| **19** | **Уход за жилищем.** Уборка помещения. Хозяйственный инвентарь и его назначение. | 1ч | 30.01 |  |
| 20 | Бытовая техника. Телевизор. Техника безопасности при просмотре телевизора. | 1ч | 06.01 |  |
| 21 | Бытовая техника. Утюг. Техника безопасности. | 1ч | 13.02 |  |
| 22  23 | Питание. Правила поведения за столом.  Питание. Вредные и полезные продукты. | 1ч  1ч | 20.02 |  |
| 24 | Правила поведения на улице. | 1ч | 27.02 |  |
| 25 | Алгоритм поведения в ситуации «Я потерялся» |  | 06.03 |  |
| 26 | Общение с незнакомыми людьми. | 1ч | 13.03 |  |
| 27 | Посуда. Уход за посудой. Значение чистоты посуды. | 1ч | 20.03 |  |
| 28 | Режим питания.  Электроприборы вокруг нас. Техника безопасности. | 1ч | 27.03 |  |
| 29 | Безопасность на природе. Информационные знаки. | 1ч | 10.04 | 4ч |
| 30 | Безопасность на природе. Информационные знаки. | 1ч | 17.04 |  |
| 31 | Безопасность на улице. Ситуация  «Я потерялся». | 1ч | 24.04 |  |
| 32 | ППД. Азбука дорожной безопасности.  Спецтранспорт | 2 ч | 08.05 |  |
| 33 | Противопожарная безопасность. Телефоны экстренных служб. | 1ч | 15.05 |  |
| 34 | 112. телефон службы спасения. | 1 ч | 22.05 |  |