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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Согласована»  Руководитель МО \_\_\_\_\_\_\_\_\_( Довгаль Э. А.)  Принята решением педагогического совета протокол  от 28 августа 2025г. № 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 2025г. № 312 |

**Рабочая программа**

**по учебному предмету**

**«Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности»**

**для 11 «В» класс (2 вариант)**

**на 2025-2026 учебный год**

Разработала: учитель

Довгаль Элеонора Александровна

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по здоровью и основам безопасности жизнедеятельности для 11 класса 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 21.09.2022 N 858 "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 установления предельного срока использования исключенных учебников";

• 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.

**Учебно- методический комплекс**

Для образовательного процесса *используется УМК,*включающий:

- учебник (Н.Б.Матвеева Живой мир для 3 класса специальных (коррекционных для общеобразовательных организаций в 2 ч)

**Цели и задачи**

**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-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;
* формирование у обучающихся здоровьесберегающего и безопасного поведения;

**Учебно-тематическое планирование.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема** | **Кол-во часов** |
| 1 | Формирование культурно-гигиенических навыков | 8 |
| 2 | Уход за жилищем | 10 |
| 3 | Питание | 7 |
| 4 | Безопасность в доме и на улице | 9 |
|  | Итого: | 34 |

Учебный курс рассчитан на 34 часа в год - 34 недели в году, 1 час в неделю.

**Содержание предмета.**

**ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ**.

**Формирование культурно-гигиенических навыков, навы​ков самообслуживания и элементарных представлений о со​стоянии здоровья.** Беседы и упражнения на закрепление представлений учащихся об уходе за собой: ежедневный душ (определение последовательности в душе по пиктограммам, сопряженное и отраженное проговаривание действий, предшествующих принятию душа, во время принятия душа и последующих за ним). Введение понятия «уход за лицом». Знакомство со средствами и предметами для ухода за лицом: для юношей – гель, пена для бритья, крем, гель после бритья; для девушек-пенка для умывания, молочко, тоник, крем для лица. Обучение юношей правильно пользоваться бритвенным прибором. Основные правила ухода за лицом.

В процессе бесед и упражнений формирование у учащих​ся понятий «здоровый человек», «больной человек». Учить различать по внешнему виду здоровых и больных людей. Рассматривание иллюстраций, журналов «Здоровье» и т.д.

Обучение учащихся оказанию помощи при небольших ссадинах, порезах. Упражнения в наклеивании пластыря, смазывание небольшой ранки леккерами (йод, зеленка, антисептический). Беседы с учащимися о необходимости приема лекарств только по назначению врача и под присмотром старших или медработников.

**Жилище.** Беседы о необходимости влажной уборки и проветривания помещения, в котором находится больной человек. Отработка алгоритма ежедневной уборки и периодичности проветривания комнаты. Уборка комнаты в специально созданной образовательной ситуации. Уборка помещения с помощью пылесоса.

**Питание.**Беседы с учащимися о здоровом питании. Рассказ о пользе питья(вода, соки, напитки) для здоровья человека. Приготовление морса из ягода, заваривание чая.

Обучение учащихся безопасности при наливании кипятка из чайника в процессе заваривания чая.

**Безопасность в доме, в природе, на улице.** Практические действия (последовательность и безопасность) с бытовыми техническими приборами, с которыми учащиеся познако​мились ранее (см. пятый—восьмой классы и первое полу​годие девятого).

Соблюдение правил безопасности при использовании электрического чайника и горячей воды из него.

Ознакомление учащихся с правилами безопасного ис​пользования пылесоса.Беседы, наблюдения и практические действия (при уча​стии учителя) по эксплуатации пылесоса и электрического утюга с соблюдением правил противопожарной безопасно​сти.

Создание образовательных ситуаций, в которых учаще​муся необходимо следовать правилам безопасного обращения с бытовыми приборами и рассказывать об этом, используя вербальные и невербальные средства общения. (Интеграция **с**уроками по предмету «Развитие речи и окружающий мир».)

Расширение ранее сформированных представлений о поведении на улице, о правилах перехода через дорогу, о правилах обращения с огнеопасными предметами, о пове​дении в природе.

Проигрывание ситуации посещения ближайшей поликлиники, магазина с соблюдением правил дорожного движения.

**ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ**.

**Формирование культурно-гигиенических навыков, навы​ков самообслуживания и элементарных представлений о состоянии 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.

Тренинги по оказанию первой медицинской помощи. Из​мерение температуры. Первичная обработка раны.

**Жилище.** Комплексная уборка помещения. Последовательность уборки помещения. Отработка деятельности по пиктограммам, затем с помощью педагога.

**Питание.** Беседы о значении фруктов для здоровья человека, о пользе соков и напитков, приготовленных из различных фруктов. Чтение сказок, рассказов, просмотр видеосюжетов о пользе фруктов.

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

**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).
* Названия предметов ухода за волосами.
* Правила дорожного движения для пешеходов.
* Виды транспортных средств и их назначение.
* Правила поведения за столом.
* 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.
* Открывать и закрывать двери в комнаты.
* 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 \_\_\_\_\_\_\_\_\_( Довгаль Э.А. )  Рассмотрено и рекомендовано к утверждению на заседании МО протокол  от 28» августа 2025г. № 1 | «Согласовано»  заместитель директора \_\_\_\_\_\_\_\_ (О.Н. Персидская)  28 августа 2025 г. | «Утверждено»  и введено в действие приказ  от 28 августа 2025 г. № 312 |
| Принято решением педагогического совета протокол  от «29» августа 2025 г. № 1 |  |  |

**Календарно-тематическое планирование**

**по учебному предмету**

**«Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности»**

**для 11 «В» класс (2 вариант)**

**на 2025-2026 учебный год**

|  |
| --- |
| Разработала:  Учитель Довгаль Элеонора Александровна |

**Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Кол-во**  **часов** | **Дата** | **Примечание** |
| 1 | Личная гигиена в течении дня. Уход за собой. | 1ч | 03.09.25 |  |
| 2 | Уход за собой. Душ. Алгоритм действий. | 1ч | 10.09.25 |  |
| 3 | Соблюдение последовательности действий в душе. Пиктограммы. | 1ч | 17.09.25 |  |
| 4 | Лицо. Его части: брови, ресницы, веки, глаза, уши, рот, щеки. | 1ч | 24.09.25 |  |
| 5 | Основные правила ухода за лицом. | 1ч | 01.10.25 |  |
| 6 | Уход за лицом. Средства и предметы ухода за лицом для юношей. | 1ч | 08.10.25 |  |
| 7 | Уход за лицом. Средства и предметы ухода за лицом для девушек. | 1ч | 15.10.25 |  |
| 8 | Здоровый человек. | 1ч | 22.10.25 |  |
| 9 | Больной человек. | 1 | 05.11.25 |  |
| 10 | Различение по внешнему виду больного и здорового человека. | 1ч | 12.11.25 |  |
| 11 | . Йод, зеленка, бинт. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и порезах. Алгоритм действий | 1ч | 19.11.25 |  |
| 12 | Упражнения по оказанию первой медицинской помощи. Наклеивание пластыря. | 1ч | 26.11.25 |  |
| 13 | Жилище. Чистота-залог здоровья. Влажная уборка и проветривание. Инвентарь и его назначение. Алгоритм действий. | 1ч | 03.12.25 |  |
| 14 | Отработка алгоритма ежедневной уборки и проветривания комнаты. Моделирование ситуации. | 1ч | 10.12.25 |  |
| 15 | Уборка помещения с помощью пылесоса. Алгоритм действий. | 1ч | 17.12.25 |  |
| 16 | Отработка алгоритма действий при уборке комнаты пылесосом. Моделирование ситуации. | 1ч | 24.12.25 |  |
| 17 | Здоровое питание (вода, соки, напитки). | 1ч | 14.01.26 |  |
| 18 | Приготовление морса из ягод. Технологическая карта. | 1ч | 21.01.26 |  |
| 19 | Заваривание чая. Технологическая карта. | 1ч | 28.01.26 |  |
| 20 | Электроприборы вокруг нас. Техника безопасности. | 1ч | 04.02.26 |  |
| 21 | Практические действия (последовательность и безопасность) с бытовыми техническими приборами. | 1ч | 11.02.26 |  |
| 22 | Правила безопасности при использовании электрического чайника и горячей воды из него. | 1ч | 18.02.26 |  |
| 23 | Правила противопожарной безопасности. | 1ч | 25.02.26 |  |
| 24 | Правила поведения на улице. | 1ч | 04.03.26 |  |
| 25 | Соблюдение правил дорожного движения. Светофор. Правила перехода через дорогу. | 1 ч | 11.03.26 |  |
| 26 | Правила обращения с огнеопасными предметами. | 1ч | 18.03.26 |  |
| 27 | Правила поведения на природе. | 1ч | 25.03.26 |  |
| 28 | Аптека. Обращение к фармацевту с просьбой (в вербальной и невербальной форме). | 1ч | 08.04.26 |  |
| 29 | Аптека. Покупка лекарственных средств. Использование пиктограмм. Моделирование ситуации. | 1ч | 15.04.26 |  |
| 30 | Здоровое питание. Значение фруктов для здоровья человека. | 1ч | 22.04.26 |  |
| 31 | Оказание первой медицинской помощи. Измерение температуры. Первичная обработка раны. | 1ч | 29.04.26 |  |
| 32 | Комплексная уборка помещения. Алгоритм. Отработка деятельности по пиктограммам и с помощью педагога. | 1ч | 06.05.26 |  |
| 33 | Информационные и предупреждающие знаки | 1ч | 13.05.26 |  |
| 34 | Правила поведения на каникулах. | 1ч | 20.05.26 |  |