

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 755 «Региональный центр аутизма»  
Василеостровского района Санкт-Петербурга

**Принято и рекомендовано  
к использованию**  
педагогическим советом ОУ  
Протокол 3/м  
от 11.09.2017

**Утверждено**  
приказом ОУ 101-ОД  
от 15.09.2017



Директор

Л. Н. Демьянчук

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по предмету **ЗДОРОВЬЕ И ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

для 3 класса,

учителя Перескока Я.А., первая квалификационная категория

**Согласовано**

Зам. директора по УВР

Е.В. Кондратьева

«08» 09 2017

*Е.В. Кондратьева*

Санкт-Петербург  
2017

# Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности

## 3 класс

### Пояснительная записка

#### Статус документа

Рабочая программа составлена на основе программы образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью /под ред. Л.Б.Баряевой, Н.Н.Яковлевой. –Спб.: ЦДК проф. Л.Б.Баряевой, 2011. и в соответствии с адаптированной образовательной программой начального общего образования для обучающихся с умственной отсталостью (II вариант учебного плана).

Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю, 34 учебные недели).

**Специфика обучающихся проявляется в том, что это дети с различными синдромами аутизма, имеющие сложный дефект развития:** интеллектуальную недостаточность различной степени выраженности, речевую патологию, соматическую патологию. Все обучающиеся – дети-инвалиды.

**Специфические особенности данной категории обучающихся:** - выраженная недостаточность или полное отсутствие потребности в контактах с окружающими, трудности во взаимодействии со сверстниками, отгороженность от внешнего мира;

- особенности эмоционально-волевой сферы: слабость или искаженность эмоционального реагирования, бедность эмоций, их однообразие, неадекватность, проявления негативизма при попытках вовлечь ребенка в произвольную деятельность;
- боязнь всего нового, приверженность к сохранению неизменности окружающей обстановки;
- своеобразное зрительное поведение: взгляд мимо, «скользящий взгляд», ограниченность визуального контакта, фрагментарность зрительного внимания;
- своеобразие движений: произвольные движения неловкие, недостаточно координированы, наличие стереотипных повторений одних и тех же движений;
- специфические особенности речевого развития: понимание обращенной речи на бытовом уровне, собственная речь представлена от вокализаций до автономной речи (разговоры с самим собой с

использованием сложных оборотов, штампов с недостаточным осмыслением их). Часто отмечаются непосредственные или отставленные по времени эхолалии. Грубое нарушение коммуникативной функции речи, низкая речевая активность; - низкая сформированность высших корковых функций, прежде всего пространственной ориентации;

- умственная отсталость легкой и умеренной степени.
- Специфические особенности нарушения психического развития детей вызывают трудности при организации процесса обучения. Усвоение учебного материала и освоение социальных навыков носит неравномерный и избирательный характер. Приобретаемые знания, умения и навыки с большим трудом переносятся и используются в реальной жизни.

### **Общая характеристика учебного предмета «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности»**

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

На уроках ОБЖ решаются задачи

- учить детей с пониманием относиться к своему здоровью и здоровью окружающих,
- привить навыки гигиены, рационального питания, двигательной активности;
- учить предвидеть опасность и избегать ее;
- воспитывать в детях бережное отношение к объектам природы, понимание необходимости их охраны.

В основу уроков по предмету положен комплексный подход, предполагающий:

- ознакомление с правилами поведения, направленными на охрану здоровья;
- развитие мотивации, ориентированной на соблюдение доступных их восприятию норм здорового образа жизни и правил безопасности;
- формирование способности учеников к моделированию и символизации в действиях с игровыми аналогами настоящих предметов, предметами-заместителями, картинками и пиктограммами в обучающих предметно-практических упражнениях, игровых упражнениях и играх;
- индивидуальный и дифференцированный подход в общении учителя и учащихся в процессе игр и игровых упражнений.

Предмет «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» предполагает обучение учащихся следующим разделам:

- Формирование культурно-гигиенических навыков;
- Уход за жилищем;
- Питание;
- Безопасность в доме и на улице.

В процессе изучения тематических групп по предмету ОБЖ учащиеся должны: уточнить и закрепить понятийный аппарат (названия предметов, действий с ними); четко представлять последовательность операций с бытовыми предметами, при этом знать правила безопасности; уметь вести себя в чрезвычайных ситуациях; освоить модели межличностного общения, необходимые в различных ситуациях.

Основной формой организации процесса обучения данному предмету являются уроки-занятия, ориентированные на игровой, практический и наглядный метод обучения, с частичным использованием словесного метода. Занятия проводятся индивидуально или по подгруппам 2-3 человека.

Уроки-занятия строятся на основе предметно-практической деятельности учеников, носят сугубо практическую направленность и реализуются учителем через систему специальных практических, игровых упражнений и образовательных ситуаций. Для подкрепления действий учащихся и соблюдения их алгоритма активно используются невербальные средства общения: специальные символы, картинки, пиктограммы.

Полученные в доступной для учащихся форме знания и умения закрепляются на уроках по предметам «Развитие речи и окружающий мир», «Социально-бытовая ориентировка (СБО)».

## Текущий и итоговый контроль

Текущий контроль осуществляется по безотметочной системе. В конце учебного года на основании промежуточных результатов успеваемости за полугодия делается отметка в классном журнале «усвоил» или «не усвоил» обучающийся учебную дисциплину за год.

### Содержание учебного предмета

«Основы здоровья и безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)»

3 класс

1 час в неделю (34 часа)

№ пп	Наименование разделов	1 полугодие	2 полугодие	Год
1	Формирование культурно-гигиенических навыков	5 ч.	4 ч.	8 ч.
2	Уход за жилищем	4 ч.	5 ч.	10 ч.
3	Питание	4 ч.	4 ч.	8 ч.
4	Безопасность в доме и на улице	3 ч.	5 ч.	8 ч.
<b>ВСЕГО</b>		<b>16 ч.</b>	<b>18 ч.</b>	<b>34 ч.</b>

### I полугодие (16 ч.)

Формирование культурно-гигиенических навыков (5 ч.)

Предметы личной гигиены для ухода за лицом и руками. (1 ч.)

Предметы личной гигиены для ухода за полостью рта. (1ч.)

Предметы утреннего туалета, их назначение и хранение. (1ч.)

Последовательность действий во время утреннего туалета. (2 ч.)

Уход за жилищем (4 ч.)

Предметы ухода за жилищем. (2 ч.)

Уборка в классе (2ч.)

Питание (4 ч.)

Правила приема пищи (1 ч.)

Полезные продукты питания: молочные продукты (3 ч.)

Безопасность в доме и на дороге (3 ч.)

Электроприборы: утюг, электрочайник. (3 ч.)

## **II полугодие (18 ч.)**

Формирование культурно-гигиенических навыков (4 ч.)

Уход за глазами. (2 ч.)

Уход за полостью рта. (2 ч.)

Уход за жилищем (5 ч.)

Уход за комнатными растениями. (3 ч.)

Средства по уходу за помещением: пылесос (2 ч.)

Питание (4 ч.)

Столовые приборы: нож, вилка (1 ч.)

Полезные продукты питания: овощи (3 ч.)

Безопасность в доме и на улице (5 ч.)

Дорожные знаки: светофор, пешеходный переход. (2 ч.)

Переход улицы. (2 ч.)

Правила поведения в общественном транспорте (1 ч.)

## **Основные требования к знаниям и умениям учащихся на конец 3 класса**

Учащиеся могут научиться:

- уметь ухаживать за полостью рта, глазами;
- различать и применять средства для уборки помещений;

- правильно пользоваться инвентарем для полива и опрыскивания растений;
- выбирать полезные продукты питания;
- правильно пользоваться ложкой, вилкой, ножом во время еды;
- знать и соблюдать основные правила безопасности на дороге и дома;
- знать сигналы светофора.

### **Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса**

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса включает в себя дидактическое и методическое обеспечение образовательной программы, описание печатных пособий, технических средств обучения, экранно-звуковых пособий, игр и игрушек, оборудования класса, а также перечень информационно-коммуникативных средств обучения.

#### **Дидактическое и методическое обеспечение**

Дидактическое обеспечение	Методическое обеспечение
---------------------------	--------------------------

**Учебные пособия:**

Г.К.Зайцев. Уроки Айболита. Уроки Мойдодыра. СПб, «Детство-Пресс», 2008.,

Л. Б. Баряева, Н. Н. Яковлева Дети на дороге. Правила дорожного движения в играх и упражнениях: Учебно-методическое пособие. СПб: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2008.,

Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: учебное пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. - СПб.: ДЕТСТВО-ПРЕСС, 2009.

Предметные картинки.

Сюжетные картинки.

Настенные плакаты.

Фотографии.

Дидактические игры по тематике.

Предметы гигиены (мыло, полотенце, зубная щетка, зубная паста, расческа и т.п.).

Предметы ухода за жилищем (детская швабра, совок, тряпки для вытирания пыли, влажной уборки, ведро, тапки и т.п.).

**Методические указания:**

Баряева Л.Б., Бгажнокова И.М., Бойков Д.И., Зарин А.П., Комарова С.В., Логинова Е.Т. Обучение детей с выраженным недоразвитием интеллекта:

программно-методические материалы/ под ред.

И.М.Бгажноковой. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007.

**Основные общеобразовательные программы:**

Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью /под ред. Л.Б.Баряевой, Н.Н.Яковлевой. – СПб.: ЦДК проф. Л.Б.Баряевой, 2011.

**Технические средства обучения**

Интерактивная доска.

Компьютер

Многофункциональное устройство (сканер, принтер).

Магнитофон .

Мультимедийный проектор .

**Экранно-звуковые пособия**



Аудиозаписи в соответствии с программой обучения.

Видеофильмы, электронные презентации, соответствующие тематике программы (по возможности).

Ресурсы интернета (электронные библиотеки).

### **Оборудование класса**

Ученические столы одноместные с комплектом стульев.

Стол учительский с тумбой.

Шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий и пр.

Настенные доски для вывешивания иллюстративного материала.