

Адаптированная рабочая программа
для обучающихся с умеренной умственной отсталостью
по предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности»
5-9 класс

1. Содержание учебного предмета, курса.

Рабочая программа учебного предмета, формируется с учётом рабочей программы воспитания.

5 класс

Первое полугодие

Формирование культурно-гигиенических навыков. Обобщение знаний учащихся о последовательности процесса умывания в имитационных упражнениях, беседах и практических действиях: умывание, использование бумажного полотенца (отрывание, вытирание рук, выбрасывание в мусорную корзину).

Дидактические игры и упражнения на выбор и называние предметов личной гигиены (различные виды мыла и полотенца).

Упражнения в открывании и закрывании кранов по словесной просьбе учителя с использованием специального тренажера, снабженного разными по форме и способу открывания кранами. «Проговаривание» последовательности действий по пиктограммам. Обучение детей сопряженному проговариванию собственных действий (*Я возьму мыло, буду мыть руки, вытру руки, закрою кран* и др.). (Интеграция с уроками по предмету «Альтернативное чтение».)

Уход за жилищем. Знакомство учащихся или уточнение их представлений о предметах ухода за чистотой жилища (веник, щетка, швабра, ведро, тряпки, моющие средства). Работа с иллюстративным материалом: выбор изображений предметов на картинках и пиктограммах. Сюжетно-дидактические игры по отработке алгоритма покупок предметов гигиены и предметов ухода за жильем: игра «Хозяйственный магазин».

Дидактические упражнения, в которых учащимся по заданию учителя необходимо выбрать предметы или найти их на картинках (*Будем вытирать пыль. Найди чем.*). (Интеграция с уроками по предметам «Альтернативное чтение», «Развитие речи и окружающий мир».)

Практические действия по применению уборочного инвентаря (*Вытри доску. Протри пыль на подоконниках.*). Упражнения с картинками, на которых изображены чистая и грязная комната.

Элементарные беседы с учащимися о том, чем различаются чистое и грязное помещения, почему так важно содержать жилище и класс в чистоте. (Войти в класс до влажной уборки, затем войти после влажной уборки и проветривания.)

Питание. Практические упражнения и жестово-образные игры, уточняющие алгоритм поведения учащихся во время еды. Отработка действий во время еды с использованием картинного плана и пиктограмм. (Интеграция с уроками по предмету «Альтернативное чтение».)

Безопасность в доме и на улице. Практические действия и жестово-образные игры, уточняющие алгоритм действий учащихся при открывании и закрывании водопроводных кранов в определенной последовательности (сначала открывать кран с холодной водой, затем постепенно (медленно) с горячей водой). Обучение учащихся по цвету кнопок на кране определять, в каком из них 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, с последующим выделением наиболее значимых для обучения правилам дорожного движения ситуаций и объектов (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 («Машины на дороге», «Красный, зеленый свет» и т. п.) с использованием отдельных элементов игры «Азбука дорожного движения» (рули, светофор, знаки дорожного движения).

Второе полугодие

Формирование культурно-гигиенических навыков. Уход за волосами. Определение, называние или нахождение на картинках предметов ухода за волосами (расческа, массажная щетка).

Практические занятия по усвоению навыка самостоятельного ухода за волосами. Составление по пиктограммам последовательности действий при расчесывании или рассказ о ней. Обучение учеников практическим действиям: завязывать «хвост», делить волосы пробором. Упражнения в выборе моющих средств для мытья рук и головы.

Уход за жилищем. Практические действия по использованию уборочного инвентаря (вытереть доску, протереть пыль на подоконниках, подмести пол). Составление последовательности действий__ по пиктограммам или речевое сопровождение своих действий (*беру тряпку, иду в ванную комнату, открываю кран, намочил тряпку, отжал тряпку, закрыл кран, вытер пыль на столе* и т. д.). (Интеграция с уроками «Развитие речи и окружающий мир».)

Питание. Формирование правильного поведения учащихся во время еды. Обучение учащихся приема пищи (алгоритм отрабатывается по пиктограммам): ложкой берем столько еды, сколько можем сразу поместить в рот, едим аккуратно, жуем пищу медленно. Обучение способам пользования салфеткой во время еды и после приема пищи.

Безопасность в доме и на улице. Формирование умений учащихся открывать и закрывать двери в комнаты, подсобные помещения. Практические действия по обучению правильному пользованию простейшими замками.

Проигрывание ситуации «В дверь позвонил незнакомый человек». (Сначала учащиеся проигрывают ситуацию в сюжетно-ролевой игре, затем определяют последовательность действий при помощи пиктограмм.) (Интеграция с уроками по предметам «Развитие речи и окружающий мир», «Альтернативное чтение».)

Обучение учащихся определять и узнавать пожароопасные предметы и средства пожаротушения. Игры по ознакомлению со способами информации о пожаре, с трудом пожарных, с запрещающими знаками пожарной безопасности. (Интеграция с уроками по предметам «Развитие речи и окружающий мир», «Математические представления и конструирование».)

6 класс

Первое полугодие

Формирование культурно-гигиенических навыков. Формирование у учащихся алгоритма последовательных действий по уходу за полостью рта.

Чтение учащимся рассказов, стихотворений и сказок о правильном питании для укрепления и сохранения зубов, о неправильном уходе за полостью рта и т. п.

Рассматривание с учащимися предметов личной гигиены для ухода за полостью рта: зубной пасты, щетки, стаканчика для полоскания рта. Выбор из множества предметов гигиены тех, которые необходимы для ухода за полостью рта.

Имитационные и речевые упражнения для формирования представлений о последовательности действий (намочил щетку, выдавил на нее немного пасты и т. д.), сопряженное или самостоятельное проговаривание последовательности действий.

Дидактические игры на выбор картинок или муляжей предметов, продуктов, полезных и вредных для зубов. Практические упражнения: «чистка» зубов, съедая кусочек яблока или морковки.

Имитационные игры и упражнения: на закрепление учащимися последовательности умывания лица, мытья рук (с помощью учителя, по образцу и по словесной инструкции); на выполнение правил пользования предметами личной гигиены в процессе умывания; на закрепление умений пользоваться бумажными полотенцами: выбор полотенца с

ориентировкой на символ (с помощью учителя, по указательному жесту учителя, по его словесной просьбе), вытирание развернутым полотенцем после умывания.

Экскурсии в магазин в отдел предметов для ванной комнаты. Выбор и показ предметов для ванной комнаты: ванна, душ, кран. Многообразие этих предметов, соотнесение их друг с другом по форме и величине. Совместный с учащимися рассказ об их правильном и безопасном использовании и уходе за ними.

Уход за **жилищем**. Наблюдения за трудом уборщицы в школе. Рассматривание иллюстраций об уборке помещений.

Практические действия по сметанию крошек со стола, мытью стола.

Практические действия по уборке класса с помощью учителя по определенному алгоритмическому предписанию в виде картинок и пиктограмм: подготовка тряпочки для влажной уборки, вытирание пыли на подоконнике, на столе, протирание доски и т. п. Обучение учащихся действиям с пылесосом. Уточнение значений пиктограмм «убирать со стола», «подметать», «пылесос», «пылесосить». Называние действий с использованием вербальных и невербальных средств общения.

Питание. Столовые приборы. Определение пространственного расположения предметов (справа, слева). Практические упражнения со столовыми приборами: положи столовые приборы —вилку слева, нож справа. Ознакомление учащихся с правилами пользования вилкой, ножом. Правила безопасного использования столовых приборов. Практические упражнения по использованию вилки, ножа во время обеда.

Разучивание с учащимися правил приема пищи, значимых для гигиены и здоровья: соблюдать последовательность выполнения действий, тщательно пережевывать пищу, есть не спеша, вытирать рот салфеткой после еды и т. д.

Безопасность в доме и на улице. Уточнение знаний учащимися правил поведения на кухне, в ванной комнате. Правила пользования водопроводными кранами. Практические, игровые и имитационные действия по выполнению этих правил. Упражнения со специальными тренажерами (настенный модуль с кранами и замками).

Совместное с учащимися рассматривание бытового прибора в выключенном состоянии и игровых аналогов этого прибора (например, утюга). Беседа, в процессе которой учащимся объясняется, что прибор включать может только взрослый, что самостоятельное использование этого прибора может привести к пожару.

Отражение в речи учащихся содержания игровых действий: автомобили едут по дороге, автомобиль приехал или уехал; загорелся красный (желтый, зеленый) свет на светофоре; загорелся красный свет — надо стоять, держаться за руку взрослого и т. п.

Заучивание наизусть памяток о соблюдении правил безопасного обращения с опасными предметами и материалами (клей, краски, деревянная иглолка, детские ножницы и т. п.).

Упражнения в определении местонахождения источника звука (звуки движущегося транспорта, сигнал автомобиля, звуковой сигнал при зеленом свете светофора и т. п.), сравнение контрастных и близких по звучанию неречевых звуков, восприятие звуков различной громкости (с использованием аудиокассет с записью «Звуки улицы»). Сюжетно-дидактическая игра «Азбука дорожного движения» (при прямом руководстве учителя ходом игры), моделирующая ситуацию на улице.

Второе полугодие

Формирование культурно-гигиенических навыков. Уточнение знаний учащимися названий частей лица, соотнесение их с пиктограммами и фотографиями. Называние частей лица учащимися с помощью учителя или самостоятельно: *брови, ресницы, веки, глаза, уши, рот, щеки*.

Соотнесение с пиктограммами (см. «Я — ребенок», упражнения: «Покажи то, что я назову», «Найди одинаковые картинки», «Найди такую же картинку и проведи к ней стрелку»).

Знакомство учащихся со способами ухода за глазами (правильно вытирать слезы, мыть глаза) в ходе упражнений и имитационных действий.

Гимнастика для глаз с использованием картинок с изображением лица с движущимися частями: глаза. Выполнение гимнастики для глаз по подражанию, по образцу и по словесной инструкции учителя.

Рассматривание ушей друг у друга, на дидактической кукле. Выделение ушной раковины, мочки. В доступной форме беседы с учащимися и имитационные действия для закрепления правил ухода за ушами.

В ходе имитационных действий самостоятельное воспроизведение учащимися алгоритма по уходу за полостью рта, глазами и ушами с опорой на пиктограммы и картинки.

Чтение стихов, рассказов, пение песенок о процедуре умывания, ухода за полостью рта, глазами и ушами. Сопряженное или самостоятельное проговаривание их учащимися.

Уход за жилищем. Практические действия по уходу за растениями (полив комнатных растений, рыхление почвы и т. п.). Обучение учащихся аккуратно и осторожно пользоваться инвентарем для полива растений и рыхления почвы. Рассматривание картин и картинок, пиктограмм, фотографий о труде учащихся, других людей по уходу за растениями. Беседы в доступной форме по данной тематике, чтение литературных произведений. (Интеграция с уроками по предмету «Альтернативное чтение».)

Питание. Упражнения в сервировке стола для чая или обеда. Обучение учащихся пользоваться ножом и вилкой. Полезные и вредные продукты питания. Режим питания. Соотнесение с реальным рационом питания в школьной столовой. Беседа с учащимися о том, что они ели в завтрак, обед, что будут есть в полдник и ужин. Составление ежедневного картинного отчета о том, что ели в завтрак, обед в школе.

Безопасность в доме, на улице, в природе. Рассматривание вместе с учащимися кухонного прибора (электрическая или газовая плита), который могут включать только взрослые, краткое и четкое пояснение, 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». (Интеграция с уроками по предмету «Математические представления и конструирование».)

Беседы с учащимися о поведении при встрече с незнакомыми людьми на улице.

Рассматривание картинок и ответы учащихся с использованием вербальных и невербальных средств общения на вопросы о правилах поведения при встрече с незнакомыми людьми.

Организация экскурсий на улицу. Наблюдение (на достаточном удалении от проезжей части) за движущимся транспортом, поведением пешеходов, комментирование происходящего на доступном учащимся уровне для последующего использования этих представлений в ролевой игре по правилам дорожного движения.

Упражнения на запоминание номеров телефонов МЧС в процессе игры с комплектом «Азбука пожарной безопасности»: «Вызываем пожарных по телефону», «Загорелся дом», «Не играем с огнем», «Пожарные спасают игрушечных человечков», «Пожарные тушат пожар» и др.

(Интеграция с уроками по предмету «Математические представления и конструирование».)

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

Специально организованные образовательные ситуации для знакомства и уточнения представлений учащихся о знаках пожарной безопасности, запрещающих и эвакуационных знаках («Огнетушитель», «Пожарный кран», «Выход здесь» и др.), знаках дорожного движения («Дети», «Движение запрещено», «Движение пешеходов запрещено», «Движение на велосипедах запрещено», «Велосипедная дорожка», «Пешеходная дорожка», «Пешеходный переход», «Больница» и др.). Тренировочные упражнения на уточнение знаний о сигналах светофора (двухстороннего, пешеходного), о цвете и форме знаков дорожного движения (в доступных для учащихся пределах, индивидуально, исходя из интеллектуальных особенностей), используя для этого дидактические игрушки и аналоги реальных предметов (светофор, машины на дороге, пирамидку-светофорик, пожарную машину и др.).

Беседы с учащимися о способах поведения в опасных ситуациях с использованием иллюстративного материала.

Заучивание с учащимися следующих правил:

нельзя:

- включать кран горячей и холодной воды в отсутствие взрослого;
- играть со спичками;
- перебегать улицу перед движущимся транспортом;
- ездить на велосипеде по проезжей части;

нужно:

- пользоваться столовыми приборами только для приема пищи;
- переходить проезжую часть улицы на зеленый сигнал светофора, держась за руку взрослого, посмотрев сначала налево, а на середине проезжей части — направо.

Материал излагается в форме, доступной учащимся, подкрепляется проигрыванием в отобразительных играх и образовательных ситуациях.

Индивидуально с каждым учащимся (исходя из его возможностей) разучиваются «памятки»: «Каждый ребенок должен знать...», «Чего никогда не нужно делать...», «Что нужно делать, если...» (при отсутствии рядом взрослого), которые педагоги могут представить в виде картинок.

7 класс

Первое полугодие

Формирование культурно-гигиенических навыков и элементарных представлений о

здоровом образе жизни. Уход за руками, лицом: закрепление умений мыть лицо, руки в определенной последовательности (с помощью учителя, по образцу и по словесной инструкции).

Тренировочные упражнения с использованием предметов личной гигиены в процессе умывания (мыла жидкого и твердого, полотенце: бумажных, махровых, льняных, крема для рук).

Беседы о необходимости ухода за волосами и упражнения с предметами для ухода за волосами (расческой, массажной щеткой, шампунем). Упражнения по расчесыванию волос. Обучение учащихся приемам использования фена при укладке волос.

Отработка на вербальном и невербальном уровне правил гигиены (индивидуальные: расческа, зубная щетка, полотенце, носовой платок).

Кинезиотерапевтические процедуры, которые осуществляются в процессе игровых упражнений на сенсорных ковриках и дорожках, на сенсорном (набивном) мяче и другом оборудовании. Кинезиотерапевтические процедуры направлены на профилактику и коррекцию нарушений общей моторики (на развитие координации движений в крупных мышечных группах), на развитие динамической координации рук в процессе выполнения последовательно организованных движений, на развитие динамической координации рук в процессе выполнения одновременно организованных движений, на формирование свода стопы и укрепление ее связочно-мышечного аппарата. Систематическая гимнастика для глаз с учащимися. (Интеграция с различными уроками по программе.)

Беседы с учащимися о необходимости закалывающих процедур и тренировочных упражнений для глаз, рук, ног (на доступном для восприятия учащихся уровне).

Совместная с учащимися отработка приемов комментированного рисования, сюжетного рисования по теме здоровья и здорового образа жизни.

Настольно-печатные, сюжетно-ролевые, театрализованные игры, в которых проигрываются ситуации правильного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Чтение учащимся литературных произведений (сказок, рассказов, стихов) о здоровье, о правильном и неправильном поведении в разных ситуациях, приводящих к болезни. Стимуляция желания учащихся совместно с учителем пересказывать эти сказки, рассказы и стихи, объясняя ситуации, описанные в них. Побуждение учащихся с минимальной помощью учителя обыгрывать эти ситуации, используя персонажи пальчикового, настольного, перчаточного театра, кукол бибабо и др.

Рассматривание с учащимися картинок и картин, изображающих природу, животных, прогулки в разное время года, иллюстрации к литературным произведениям, наглядные модели, символические средства (знаки безопасности) по теме раздела.

Разыгрывание ситуаций, изображенных на картинах и иллюстрациях, в «деловых» играх. Стимуляция учащихся к использованию вербальных и невербальных средств общения по ходу разыгрывания по ролям коротких рассказов, стихотворений по Данной тематике. Знакомство учащихся с пословицами о здоровье и здоровьесбережении.

Специально организованные обучающие и проблемные ситуации, побуждающие учащихся к рассказыванию по картинам, картинкам и иллюстрациям с привлечением собственных впечатлений, «личного опыта» о здоровьесбережении: «Гимнастика для глаз», «Гимнастика для рук» (с использованием элементарных мУДр), «Гимнастика для стоп», «Гимнастика для шеи и плеч», «Если на улице температура ниже нуля градусов...», «Задуй свечу», «Как я буду закаляться...», «Когда нельзя наступать в лужи, даже если это очень интересно...», «Обувь для дождливой, теплой сухой и морозной (снежной) погоды», «Одежда для мальчиков и для девочек», «Помоги другу», «Рассмотрим под лупу наши ногти», «Снежинки», «Уши мыть или не мыть...» (правила ухода за ушами) и др.

Уход за жилищем. Формирование представлений учащихся о необходимости уборки квартиры для сохранения здоровья человека. Знакомство с понятием «пыль в доме». Упражнения в переноске, раскатывании и скатывании коврика. Способы уборки пыли: влажной тряпкой, специальными средствами и т. п. Способы чистки ковров. Упражнения в уходе за ковриком: чистка пылесосом (при активном участии учителя). Беседы о необходимости чистки мягких изделий: ковров, пледов, подушек для сохранения их чистоты. Дидактические упражнения с бытовыми предметами: узнавание и называние (посуда, гигиенические средства, телевизор, уют, пылесос, гладильная доска). Использование вербальных и невербальных средств коммуникации (пиктографических кодов, словесных и жестовых обозначений) для называния и показа этих предметов. (Интеграция с уроками по предмету «Альтернативное чтение».)

Питание. Уточнение и закрепление знаний учащимися правил поведения во время еды: надевать специальные фартуки (по необходимости), удерживать ложку, чашку, брать в ложку требуемое количество еды, есть аккуратно, жевать медленно, пользоваться салфеткой во время еды и после приема пищи. Составление рассказов по пиктограммам⁵⁸.

Беседы с учащимися о роли воды в жизни человека, растений, животных. Роль воды для питания человека. Чистая и грязная вода. Вода, которую можно употреблять в пищу. Знакомство со знаками безопасности: «Питьевая вода», «Запрещается использовать в качестве питьевой воды».

Понятия «сырая вода» и «кипяченая вода». Вода для приготовления пищи.

Упражнения, в которых учащиеся обучаются включать электрический чайник, понимать сигнал «Вода вскипела», наливать из чайника в чашку кипятка (с обучением мерам безопасности).

Безопасность в доме, на улице, в **природе**. Правила правильного и безопасного пользования туалетом. Пиктограмма «туалет». Упражнения в открывании и закрывании двери. Отработка алгоритма и словесное пояснение необходимости правильного, аккуратного использования кнопок слива на смывном бачке. Рассказ учителя о последствиях неправильного их использования.

Упражнения на ориентировку в пространстве комнаты, во время переноса различных предметов

Наблюдение за работой пылесоса и выполнение действий с пылесосом при участии учителя. Правила пользования пылесосом (включить пылесос может только старший, работать с пылесосом можно только в присутствии старшего). Применение речевых и неречевых средств общения с использованием пиктограмм «пылесос», «пылесосить», «подметать»: «Выбери нужную картинку и проведи к ней стрелку», «Найди такую же картинку и проведи к ней стрелку», «Найди нужное изображение, соедини их стрелками». (Интеграция с уроками по предмету «Альтернативное чтение».)

Обучающие игры по ознакомлению учащихся с пожароопасными предметами и средствами пожаротушения. Знакомство со знаками пожарной безопасности, запрещающими и эвакуационными знаками (два-три знака)

Расширение практических действий учащихся с бытовыми приборами, при этом учитель постоянно напоминает о правилах безопасного их использования.

Прогулки с учащимися по школе и на пришкольном участке, рассматривание растений (комнатных и уличных) с пояснениями о способах ухода за ними и безопасного обращения с ними.

Ядовитые растения.

Продолжение ознакомления учащихся во время экскурсий и в специально созданных образовательных ситуациях с элементарными правилами поведения на улице, с дорожными знаками. Закрепление названий и умений ориентироваться по ним совместно со учителем (см. шестой класс).

Уточнение представлений учащихся о труде пожарных, сотрудников ГИБДД, их значимости для безопасности окружающих. Моделирование обучающих ситуаций, в которых учащиеся играют роли людей этих профессий, выполняют действия по предупреждению опасности или по ее ликвидации.

Ориентировка в пространстве и познавательные действия с материалами, необходимыми для организации игр на темы безопасности в различных ситуациях: реальных (на основе предметной и предметно-игровой деятельности); отраженных в знаках (светофор, дорожные знаки, знаки пожарной безопасности), в образных игрушках; условных, символических (в воображаемой игровой ситуации).

Чтение доступных учащимся литературных произведений на темы безопасности жизнедеятельности и проведение по их содержанию театрализованных, сюжетных, дидактических и подвижных игр. (Интеграция с уроками по предмету «Альтернативное чтение».)

Второе полугодие

Формирование культурно-гигиенических навыков. Формирование у учащихся навыков ухода за носом .

Дыхательные упражнения. (Интеграция с уроками по предмету «Развитие речи и окружающий мир», разд. «Развитие общих речевых навыков».) Упражнения с носовыми платками, в процессе которых учащиеся с помощью дыхательных упражнений учатся чистить нос. Уточнение названий и способов покупки средств ухода за носом (носовой платок, тканевый, бумажный). Беседы, упражнения по формированию представлений учащихся о возможности использования воды для ухода за носом.

Организация обучающих ситуаций с использованием реальных предметов личной гигиены и предметов-заместителей.

Беседа с учащимися, направленная на отработку алгоритма пользования туалетом (использование туалетной бумаги, мытье рук после туалета) с помощью вербальных и невербальных средств общения. Закрепление названия — пиктограмма «туалет». Упражнения с пиктограммами : «Покажи то, что я назову», «Найди одинаковые картинки», «Найди и покажи».

Свойства воды. Вода как важное средство поддержания чистоты тела и жилища. Работа с пиктограммами «мыться», «ванная», «туалет»: «Выбери нужную картинку и проводи к ней __ стрелку», «Найди такую же картинку и проводи к ней стрелку», «Найди нужное изображение, соедини их стрелками». (Интеграция с уроками по предмету «Альтернативное чтение».)

Специально организованные упражнения на развитие общей и тонкой моторики, координации движений обеих рук, зрительно-двигательной координации в процессе умывания, раздевания и одевания, приема пищи. (Интеграция с уроками по предмету «Развитие речи и окружающий мир».)

Уход за жилищем. Беседы с учащимися о необходимости уборки в доме. Уточнение понятия «пыль в доме». Отработка в ходе практических действий способов уборки помещения: протирание пыли влажной тряпочкой, подметание пола, уборка с использованием пылесоса. Работа с пиктограммами «подметать», «убирать со стола», «пылесос», «пылесосить»: «Выбери нужную картинку и проводи к ней стрелку», «Найди

такую же картинку и проводи к ней стрелку», «Найди нужные изображения, соедини их стрелками». (Интеграция с уроками по предмету «Альтернативное чтение».)

Питание. Уточнение представлений учащихся о правилах, хранения продуктов. Знакомство с местами хранения продуктов: холодильником, шкафчиком и емкостями для хранения сухих продуктов (крупы, макаронных изделий, муки). Знакомство со способами хранения продуктов.

Определение сроков реализации молочных продуктов по специальному обозначению на упаковке.

Обучение учащихся навыкам обращения к учителю с просьбой сказать, годен продукт или нет.

Знакомство учащихся с понятием «чай». Показ иллюстраций, видеороликов о выращивании чая.

Рассматривание разных чайников. Заварочный чайник и способы заварки чая. Практическое занятие по использованию чайника. Упражнения в выборе чая (россыпь, в пакетиках) и способов его заварки.

Безопасность в доме, на улице, в природе. Расширение обучающих и проблемных ситуаций по правилам безопасного поведения (на улице, в доме, в природе) в сюжетных подвижных играх с использованием отдельных элементов комплектов «Азбука пожарной безопасности», «Азбука дорожного движения», «Азбука здоровья и гигиены», «Азбука железной дороги».

Аудиальные упражнения (отработка реакций на звуки), позволяющие скорректировать поведение учащихся на улице. «Чтение» звуков улицы для формирования у учащихся контроля ситуации: местонахождение источника звука (движущийся транспорт, сигнал автомобиля, звуковой сигнал при зеленом свете светофора); сравнение контрастных и близких по звучанию неречевых звуков; восприятие звуков разной громкости (с использованием CD-дисков «Звуки улицы», «Театральные шумы» и др.). (Интеграция с уроками по предмету «Альтернативное чтение».)

Упражнения, в ходе которых активизируется использование учащимися вербальных и невербальных средств общения по теме «Безопасность», закрепляется понимание слов *улица, дорога, пешеход, сигнал автомобиля, сигнал светофора, пешеходный переход, легковой автомобиль, грузовой автомобиль, пожарная машина, трамвай, троллейбус, автобус, пожар, информационные знаки: больница, детский сад* и др.

8 класс

Первое полугодие

Формирование культурно-гигиенических навыков. Содержание коррекционно-развивающей работы направлено на уточнение и закрепление навыков, формируемых в предыдущих классах.

Упражнения, настольно-печатные игры на узнавание и называние предметов гигиены с использованием вербальных и невербальных средств коммуникации (пиктографические коды, словесное и жестовое обозначение).

Рассматривание рук до мытья и после гигиенических процедур; наблюдения за качеством воды при первичном намыливании рук и смывании мыла с рук; действия с предметами домашнего обихода, личной гигиены, выполнение орудийных действий с предметами бытового назначения.

Уход за жилищем. Посуда и уход за ней. Включение воды для мытья посуды. Определение оптимальной температуры воды. Выявление последовательности мытья посуды (по пиктограммам).

Питание. Режим питания: повторение и уточнение того, что принято есть в завтрак, обед, полдник, ужин. Элементарные беседы о соблюдении режима питания. Повторение правил приема пищи (не торопиться во время еды, тщательно пережевывать пищу, есть, сидя за столом, не есть очень горячую и очень холодную пищу и др.).

Безопасность в доме, на улице и в природе. Моделирование следующих ситуаций: «Один дома», «Опасные предметы, которые нельзя брать», «В дверь позвонил незнакомый человек» и др.

Уточнение поведения учащихся в этих ситуациях.

Упражнения, в которых учащийся должен выбрать и назвать средства и предметы ухода за одеждой (порошок, вода, щетка, стиральная машина, утюг). Нахождение этих средств и предметов на картинках и в пространстве помещения комнаты.

Отработка алгоритма стирки мелкого белья: определение оптимальной температуры воды, дозирование порошка, чтобы не навредить здоровью, соблюдение правил безопасности во время насыпания порошка, действия в случае попадания в глаза мыльной воды.

Беседы, рассматривание иллюстраций, видеофрагментов об опасных ситуациях на улице, во время поездок на природу и т. п. Формирование понятия «незнакомые люди». Дифференциация понятий «знакомые люди» и «незнакомые люди». Определение по фотографиям знакомых и незнакомых людей. Беседы и отработка алгоритма поведения с незнакомыми людьми. Проигрывание ситуаций по пиктограммам, в играх-драматизациях. Наблюдения за движущимся транспортом и поведением пешеходов (с комментариями учителя). Чтение учащимся доступных их восприятию литературных произведений на тему безопасности жизнедеятельности. Ситуационные игры на темы безопасности в природе, на улице, в доме.

Второе полугодие

Формирование культурно-гигиенических навыков. Беседы с учащимися, практические действия по отработке процедуры ухода за глазами. Гимнастика для глаз. Формирование основных представлений об охране зрения в ходе дидактических упражнений, бесед о том, что для глаз полезно, а что вредно.

Уточнение знаний учащихся о свойствах воды. Беседы, дидактические игры и упражнения на уточнение представлений учащихся о том, что вода — важное средство поддержания чистоты тела и жилища, вещество, необходимое для жизнедеятельности всего живого.

Уход за жилищем. Уточнение представлений учащихся о назначении моющих средств.

Дидактические упражнения по выбору средств для мытья посуды. Практические действия (дозированное использование моющих средств, намыливание посуды специальной губкой, смывание теплой водой).

Питание. Уточнение представлений учащихся о правилах хранения продуктов (хлеба, молочных продуктов).

Знакомство учащихся с понятием «витамины». Беседы с использованием наглядных материалов: продукты питания, содержащие витамины. Знакомство с правилами обработки фруктов и овощей (тщательно мыть, не есть гнилые фрукты и овощи).

Безопасность в доме, на улице, в природе. Беседы с наглядными примерами о правилах безопасности при пользовании электрическими розетками. Включение учащимися различных бытовых приборов в розетки (вместе с учителем). Закрепление установки на то, что по окончании пользования бытовыми приборами штепсель должен быть удален из розетки.

Упражнения и беседы с учащимися для формирования алгоритма обращения с утюгом.

Упражнения на закрепление навыка расположения утюга на гладильной доске. Включение и выключение утюга под присмотром учителя. Практические занятия: глажка носового платка. Закрепление правил пожарной безопасности при пользовании утюгом. Рассматривание картинок, на которых изображены сюжеты неосторожного обращения с электрическими приборами. Выбор картинок с изображением правильного использования бытовых приборов. Проигрывание ситуаций «переход через дорогу» по пешеходному переходу по сигналу светофора, без светофора.

Экскурсия к пешеходному переходу. Наблюдение за переходом улицы пешеходами.

Тренировочные упражнения: переход через дорогу по сигналу светофора в специально обозначенном месте.

Закрепление представлений учащихся об адресе, о необходимости хранить написанный на листочке адрес в кармане и помнить о месте его хранения. Упражнения: учитель записывает фамилию, адрес учащегося, учащийся складывает записку и убирает ее в карман, по просьбе учителя достает записку.

Обучение учащихся следующим действиям: составить свой адрес (название улицы) из букв

разрезной азбуки; прочитать или найти карточку с названием улицы, номера дома и квартиры.

Проговаривание адреса. Нахождение адреса по пиктограмме. (Интеграция с уроками по предметам

«Развитие речи и окружающий мир», «Графика и письмо», «Альтернативное чтение».)

Проигрывание с учащимися ситуации «Я заблудился. К кому надо обратиться за помощью?»).

9 класс

Первое полугодие

Культурно-гигиенические навыки, навыки самообслуживания и состояние здоровья.

Беседы и упражнения на закрепление представлений учащихся об уходе за волосами. Введение понятия «здоровые волосы». Закрепление понимания учащимися необходимости стрижки волос и мытья головы с использованием предметов и косметических средств по уходу за волосами (расческа, щетка для волос, шампунь, бальзам для волос, фен). Основные правила ухода за волосами.

(Интеграция с уроками по предмету «Развитие речи и окружающий мир».)

Беседы и закрепление представлений о необходимости носить чистую одежду. Уточнение ранее усвоенных представлений о способах ухода за одеждой: ручная и машинная стирка, химчистка, виды ремонта одежды. Упражнения в определении способа ухода за одеждой: ручная стирка, машинная стирка, ремонт одежды, химчистка. Знакомство с пиктограммами, отражающими способы ухода за одеждой. Чтение пиктограмм на бирке одежды (с помощью учителя).

Упражнения в выборе средств для стирки белья: стиральный порошок, жидкие средства для стирки, кондиционеры для белья. Упражнения по уходу за одеждой с помощью разнообразных щеток. Рассказ педагога с использованием вербальных и невербальных средств общения о том, как надо чистить одежду. (Интеграция с уроками по предмету «Развитие речи и окружающий мир».)

Беседы и закрепление представлений учащихся о необходимости носить обувь, соответствующую размеру ноги, удобную и чистую. Способы ухода за обувью: мытье и чистка обуви, ремонт обуви в мастерской. Средства и предметы для ухода за обувью; назначение средств и предметов по уходу за обувью.

В процессе бесед и упражнений формирование у учащихся понятий «признаки простуды», «профилактика простудных заболеваний». Беседы, упражнения, рассматривание иллюстраций, журналов типа «Здоровье», «Лечебные вести» и др. (Интеграция с уроками по предмету «Альтернативное чтение».)

Знакомство с основными лекарственными средствами домашней аптечки и перевязочными материалами: рассматривание лекарств, их упаковок и т. п. Беседы с учащимися о необходимости использования лекарств только по назначению врача и приема их под присмотром старших или врачей (медсестер).

Дыхательные упражнения, упражнения для глаз — гимнастика для глаз. Беседы с учащимися о роли гимнастики. Гимнастика в домашних условиях: санитарные правила и правила безопасности.

Уход за жилищем. Отработка алгоритма действий в различных образовательных ситуациях: вызов врача на дом, поведение в квартире (в доме), где есть больной гриппом (с кашлем, насморком и т. п.). Знакомство учащихся с элементарными правилами ухода за больным в доме в ходе специально созданных образовательных ситуаций.

Проветривание: необходимость периодического проветривания для здорового дыхания.

Отработка правил поведения и действий при открывании, закрывании окон. Рассматривание иллюстраций, беседы о здоровом образе жизни человека.

Питание. Беседы с учащимися о правильном питании — здоровое питание. Рассказы о пользе сырых овощей, фруктов, ягод для здоровья человека. Практические действия: приготовление салатов из сырых овощей. Понятие «витамины». Выбор карточек, где изображены сюжеты, рассказывающие о пользе витаминов, и беседы с учащимися об этом.

Знакомство учащихся с правилами приготовления салата с соблюдением мер гигиены:

тщательное мытье рук перед приготовлением салата, мытье овощей и сушка их на чистом

полотенце (льняном, бумажном), разделка овощей на специальной доске (доске для резки овощей).

Обучение учащихся правилам безопасности при пользовании ножом, чтобы не нанести себе травму. Практические действия: приготовление салата с соблюдением гигиенических процедур и правил безопасности.

Безопасность в доме, на улице, в природе. Практические действия (последовательность и безопасность) с бытовыми техническими приборами, с которыми учащиеся познакомились ранее (см. пятый—восьмой классы и первое полугодие девятого).

Ознакомление учащихся с правилами безопасного использования микроволновой печи.

Элементарные действия с микроволновой печью и обучение правилам разогрева в ней продуктов.

Беседы, наблюдения и практические действия (при участии учителя) по эксплуатации электрической и газовой плиты с соблюдением правил противопожарной безопасности.

Создание образовательных ситуаций, в которых учащимся 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 поведении в природе.

Закрепление умений учащихся по словесной просьбе учителя показывать, называть информационные, предупреждающие и запрещающие знаки. Продолжение занятий по пособиям, например, по пособию «Безопасное поведение на улицах и дорогах»

Закрепление умения учащихся определять относительность расстояния и движения: от себя, от объекта (движущегося автомобиля, поезда, горящего дома и т. п.).

Второе полугодие

Состояние здоровья. Экскурсия в аптеку. Наблюдение за покупателями и работой фармацевта.

Покупка лекарственных средств. Обучение учащихся умению обратиться с просьбой к фармацевту.

Беседы, рассматривание иллюстраций, видеосюжетов о поведении людей во время болезни, в экстремальных ситуациях, угрожающих здоровью. Участие в ролевом диалоге: называние себя в игровой роли, ведение диалога от имени своего персонажа (игры «Доктор», «Скорая помощь выезжает к пострадавшему на пожаре» и др.).

Экскурсия в поликлинику с последующими образовательными ситуациями на уроках: «Вызов врача на дом», «Как попасть на прием к врачу», «Как вызвать врача по телефону», «У меня болит...» (описание своего недомогания), «Как получить в поликлинике свою медицинскую карточку в регистратуре» и т. п.

Диалоги и упражнения при оказании первой медицинской помощи. Диалоги у постели больного.

Тренинги по оказанию первой медицинской помощи. Измерение температуры. Первичная обработка раны.

Уход за жилищем. Беседы с учащимися о значении уборки помещения для сохранения здоровья: сухая и влажная уборка. Знакомство учащихся с увлажнителем воздуха. Наблюдение за его работой. Беседы о воздухе в помещении: проветривание, влажная уборка, использование увлажнителей воздуха и т. п.

Питание. Обучение учащихся приготовлению простых бутербродов с соблюдением гигиенических правил и правил безопасного обращения с ножом. Беседы с учащимися о питании бутербродами и их месте в рационе здорового питания.

Расширение представлений учащихся о витаминах в ходе упражнений на определение полезности или вредности продуктов (учитель рассказывает учащимся, какие витамины содержатся в тех продуктах, которые едят люди).

Безопасность в доме, на улице, в природе. Беседы с учащимися о возможных неполадках системы подачи воды, образовательные ситуации «Если в доме сломался водопровод, отопи-

тельная система», «Если в доме сломался лифт». Обучение учащихся навыкам экстренного вызова помощи (самостоятельно или попросить об этом людей, живущих рядом).

В специально организованных ситуациях побуждение учащихся к рассказыванию по картинкам, картинкам и иллюстрациям с привлечением собственных впечатлений, «личного опыта» о безопасности поведения в природе. Знакомство с информационными, предупреждающими знаками о возможности купания в водоемах: «Место для купания», «Купаться запрещено» и др.

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

Закрепление умений учащихся по словесной просьбе учителя показывать, называть информационные, предупреждающие и запрещающие знаки. Продолжение занятий по пособиям, например по пособию «Безопасное поведение на улицах и дорогах» (разд. «Переходы», «Перекрестки», «Сигналы водителей автомобилей», «Правила поведения пассажиров на остановке и в транспорте»).

Реализация **воспитательного** потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.

2. Планируемые результаты изучения учебного предмета, курса.

Личностные результаты:

- основы персональной идентичности, осознание своей принадлежности определённому полу, осознание себя как «Я»;
- социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- формирование социально ориентированного взгляда на окружающий мир в его органичном единстве и разнообразии природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к окружающим;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- освоение доступных социальных ролей (обучающегося, сына(дочери), пассажира, покупателя и т.д.), развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, общепринятых правилах;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предметные результаты:

-узнавать предметы личной гигиены для ухода за полостью рта, выполнять алгоритм последовательных действий по уходу за полостью рта, выполнять последовательность умывания лица, мытья рук, владеть способами ухода за глазами и ушами в ходе практических упражнений и имитационных действий.

-выполнять практические действия по уборке помещения с помощью учителя по определенному алгоритмическому предписанию в виде картинок и пиктограмм; выполнять практические действия с пылесосом, выполнять практические действия по уходу за комнатными растениями (полив, рыхление почвы).

-выполнять упражнения в сервировке стола для чая или обеда, выполнять упражнения в использовании вилки, ножа во время обеда, знать правила безопасного использования столовых приборов.

-знать правила поведения на кухне, в ванной комнате. Правила пользования водопроводными кранами, безопасного использования бытовых приборов, кухонных приборов.

-иметь представление о знаках пожарной безопасности, запрещающих и эвакуационных знаках, знаках дорожного движения, сигналах светофора (двухстороннего, пешеходного), о цвете и форме знаков дорожного движения, знать телефоны МЧС.

Программа «ОБЖ» направлена на формирование базовых учебных действий и включает следующие задачи:

- подготовку ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся.

- формирование учебного поведения: направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание), умение выполнять инструкции педагога, использование по назначению учебных материалов, умение выполнять действия по образцу и по подражанию;

- формирование умения выполнять задание: в течение определенного периода времени, от начала до конца, с заданными качественными параметрами;

- формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д.

В том числе реализация программы воспитания:

ожидаемый результат:

- формирование единой воспитательной атмосферы школы, которая способствует успешной социализации и личностному развитию ребенка, педагога, родителя;

- формирование благоприятных условий и возможностей для полноценного развития личности, для охраны здоровья и жизни детей;

- формирование условий проявления и мотивации творческой активности воспитанников в различных сферах социально значимой деятельности;

- освоение и использование в практической деятельности новых педагогических технологий и методик воспитательной работы;

- развитие различных форм ученического самоуправления;

- дальнейшее развитие и совершенствование системы дополнительного образования в школе.

3.Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы предмета, и возможность использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами (мультимедийные программы, электронные учебники и задачки, электронные библиотеки, виртуальные лаборатории, игровые программы, коллекции цифровых образовательных ресурсов), используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом)

виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодательству об образовании.

№ темы	Наименование модулей, разделов, тем	Кол-во часов					Итого
		5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	
1	Формирование культурно-гигиенических навыков	12	10	9	9	9	49
2	Уход за жилищем	10	7	6	9	10	42
3	Питание	4	7	7	6	7	31
4	Безопасность в доме, на улице	7	9	11	9	7	43
		33	33	33	33	33	165

Перечень мероприятий, реализующих модуль «Школьный урок» рабочей программы воспитания:

№	Мероприятия	Сроки проведения
1	Предметная неделя МО учителей	По отдельному плану.
2	Творческие конкурсы	В течение года
3	Пятиминутки на уроках	В течение года

Учебно-методическое обеспечение

Примерная «Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью» под редакцией Л.Б.Баряевой, Д.И.Бойковой, Л.В.Лопатиной, О.П.Гаврилушкиной, В.И.Липаковой, Н.Н.Яковлевой,

- методические рекомендации к АООП для учащихся с умеренным, глубоким, тяжелым нарушением интеллекта, с тяжелыми множественными нарушениями в развитии, составленных Е.А. Рудаковой, О.Ю. Сухаревой.

- Забрамная С.Д., Исаева Т.Н. Знаете ли вы нас? Методические рекомендации для изучения детей с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. – М.: В Секачев,

- Царев А.М. Специальная индивидуальная программа развития (СИПР) – основа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в контексте ФГОС.

Цифровые образовательные ресурсы:

<https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/306933-korrekcionno-razvivajuschaja-programma-dlja-o>

<https://nsportal.ru>