

Министерство образования Свердловской области
ГБОУ СО «Буткинская школа-интернат, реализующая
адаптированные основные общеобразовательные программы»

СОГЛАСОВАНО:

Председатель МС

В.В. / Кедровских Е.В. /
«18» 09 2025 г.

СОГЛАСОВАНО:

заместитель директора по УР

Н.Н. / Цепелева О.Ф. /
«18» 09 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

и.о. директора ГБОУ СО

«Буткинская школа-интернат»
Г.В. / Чуприянов Г.В. /
«18» 09 2025 г.



Рабочая программа
по учебному предмету
«Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся 1 класса
с нарушением интеллекта (вариант 2)
на 2025–2026 учебный год

Составитель:

учитель Шеломенцева Н.Н

Рассмотрено на заседании
методического объединения

Протокол № 2 от
«08» сентября 2025 г.

Председатель МО

учителей начальных классов

Л.А. / Покровских Л.А.

с. Бутка, 2025 г.

1.Пояснительная записка

Обучение данному предмету является освоение учащимися с нарушением интеллекта (вариант 2) системы жизненно-необходимых практических навыков и умений, обеспечивающих их адекватное поведение в реальной жизни. Обучение организуется с учетом региональных особенностей, в том числе климатических и сезонных изменений в природе. На уроках частично 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 (плохо – хорошо, полезно – вредно для здоровья), о безопасности жизнедеятельности. Учитель обучает учащихся использованию вербальных и невербальных средств общения в процессе самообслуживания, выполнения культурно-гигиенических процедур (сообщать о своих действиях, обращаться за помощью в случае затруднений). Для подкрепления действий учащихся и соблюдения ими алгоритма активно используются специальные символы (картинки, пиктограммы), с которыми они многократно знакомятся в различных бытовых и игровых ситуациях. Исходя из особенностей развития мыслительной деятельности учащихся с нарушением интеллекта, их индивидуальных характеристик, учитель на уроках по предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» воспитывает (тренирует) у них состояние физической, психической и социальной защищенности. Это является основой социализации учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью. Учащиеся в доступной форме получают представления о том, что безопасность окружающего мира – необходимое условие существования каждого человека, взрослого и ребенка. Результативность освоения учащимися содержания уроков по

предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» оценивается не столько по приобретенным детьми вербальным знаниям, сколько по усвоению ими приемами элементарной мыслительной деятельности. Основное внимание при этом обращается на доступную степень активности, возможную степень самостоятельности учащихся в ситуациях на знание правил дорожного движения и др. В ходе обучающих игр учитель знакомит со знаково-символическими средствами общения – пиктограммами. К ним, прежде всего, относятся знаки дорожного движения, знаки, регулирующие поведение людей в общественных местах и в природе. Пиктограммы используются, чтобы пробудить и развить элементарные когнитивные возможности ребенка, активизировать их коммуникативную деятельность. Темы уроков по предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» находят свое логическое продолжение в содержании уроков по предметам «Чтение», «Развитие речи и окружающий мир» и в реализации задач коррекционно-развивающей среды.

Цель изучения предмета формирования представлений о некоторых видах опасных ситуаций и способах поведения в опасных ситуациях, навыки осторожного и осмотрительного отношения к опасным ситуациям.

Основные задачи:

- научить называть свое имя, говорить о себе от первого лица;
- закреплять способности выражать свои потребности, значимые для здоровья и сохранения его, используя вербальные и невербальные средства общения;
- закреплять 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,

положительный настрой на выполнение элементарных гигиенических процедур, чувство радости от самостоятельных и совместных действий и их результатов (чистые руки, убранные вещи);

- научить элементарно описывать свое самочувствие, развивать способность привлечь внимание педагога в случае неважного самочувствия, недомогания;
- развивать устойчивый интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения, к развитию своей самостоятельности.

2. Содержание учебного предмета

Формирование культурно-гигиенических навыков.

Последовательность действий при умывании. Предметы утреннего туалета, их назначение и хранение. Рассматривание с учащимися предметов личной гигиены. Имитационные игры на формирование умений, учащихся умываться в определенной последовательности. Использование бумажного полотенца.

Правила пользования водопроводным краном. Горячая и холодная вода. □ Уход за жилищем.

Формирование алгоритма уборки жилища. Рассматривание с учащимися иллюстраций об уборке помещения. Предметы уборки в жилище. Экскурсия «Мы идем в хозяйственный магазин» Практические упражнения по применению уборочного инвентаря. «Будем вытирать пыль» Правила пользования водопроводным краном. Горячая и холодная вода. Открывание и закрывание кранов по словесной просьбе учителя. Объяснение важности чистоты для здоровья человека. Номинация действий с использованием вербальных и невербальных средств общения. Формирование практических действий по уходу за комнатными растениями. Рассматривание пылесоса, показ работы пылесоса.

- Полезные продукты.

Рассматривание иллюстраций с молочными продуктами. Упражнения в выборе иллюстраций с изображением молочных продуктов из множества других. Практическое занятие. Намазывание масла на кусок хлеба.

Правила приема пищи, значимых для гигиены и здоровья: тщательно пережевывать пищу, есть не спеша, вытирать рот салфеткой. Полезные продукты – овощи. Блюда из овощей. Как правильно мыть овощи.

- Безопасность в доме и на улице.

Правила пользования водопроводным краном. Горячая и холодная вода. Алгоритм действий при открывании и закрывания кранов. Экскурсия к дороге. Рассматривание дорожных знаков и движущего транспорта. Игра «Я иду по дороге». Транспорт. Обучение учащихся умению переходить дорогу по пешеходному переходу. Упражнения на узнавание сигналов светофора.

3. Предметные результаты

- Организует свое рабочее место под руководством воспитателя.
- Входит и выходит из учебного помещения со звонком, передвигается по школе, находит свой класс.
- Принимает и осваивает социальную роль обучающегося.
- Принимает следующие базовые ценности: добро, природа, семья.
- Уважает свою семью и родственников.
- Участвует в диалоге, слушает и понимает других.
- Отвечает на вопросы учителя, товарищей по классу.
- Соблюдает простейшие нормы речевого этикета: здоровается, прощается, благодарит.
- Ориентируется на листе бумаги.

Учебно-методический комплекс

Программы

1. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2), утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026.
2. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся 1-4 классов с нарушением интеллекта, тяжёлыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) ГБОУ СО «Буткинская школа-интернат» на 2025-2026 учебный год, утверждённая приказом и.о. директора от 28.08.2025 г. № 3629.

Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) от 19.12.2014 г. № 1599.
3. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным

программам – образовательным программа начального общего, основного общего и среднего общего образования» (с изменениями и дополнениями от 11 февраля 2022 года приказ № 69, 7 октября 2022 года приказ № 888, 3 августа 2023 приказ № 581, 29 сентября 2023 года приказ № 731, 4 марта 2025 года № 169).

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17 июля 2024 г. № 495 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных адаптированных образовательных программ».

7. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 1 июля 2025 года № 03-1326 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации процесса обучения в первом классе в адаптационный период (сентябрь-октябрь)»).

8. Закон Свердловской области от 15 июля 2013 № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области».

9. Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Буткинская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы», утвержденный приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 10 января 2020 года № 20-Д.

10. Учебный план для обучающихся 1-4 классов с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2), ГБОУ СО «Буткинская школа-интернат» на 2025-2026 учебный год.

11. Календарный учебный график ГБОУ СО «Буткинская школа-интернат» на 2025 – 2026 учебный год.

12. Расписание уроков 1- 4 классов ГБОУ СО «Буткинская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы» на 2025 – 2026 учебный год.

Материально-техническое оснащение:

Технические средства обучения

Компьютер

Мультимедийный проектор

Экранно-звуковые пособия

Презентации по ОБЖ

Видеофильмы по ОБЖ

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Предмет	Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности
Ф.И.О. обучающегося	Клопов Матвей Теймурович
Класс	1 (первый)
Ф.И.О. учителя	Шеломенцева Наталья Николаевна

Количество учебных часов:	Всего – 25 ч.	В неделю – 1 ч.
1.Обучающе-развивающих	25 ч.	
2. Контрольных	-	

№	Наименование разделов, тем программ	Кол-во часов	Дата	Планируемый результат	Средства обучения	Деятельность обучающихся	Направления коррекционной работы
	2 четверть	8	05.11-30.12				
1.	«Предметы утреннего туалета, их назначение и хранение».	1	05.11.	Уметь пользоваться предметами личной гигиены.	Беседа. Предметы личной гигиены, просмотр мультфильм К.И. Чуковского «Мойдодыр», проектор.	Смотрят мультфильм, отвечают на вопросы.	Развитие зрительного и тактильного восприятия.

2	«Здоровье в порядке - спасибо зарядке!»	1	12.11.	Уметь выполнять утреннюю гимнастику.	Мяч, палки, валик, два бруска, панно, карточки с комплексом упражнений.	Выполняют упражнения.	Развитие движений и ориентировки в пространстве.
---	---	---	--------	--------------------------------------	---	-----------------------	--

3	Дружи с водой «Советы доктора Воды».	1	19.11.	Уметь пользоваться водой и мылом.	Сказка о микробах. Игра «Наоборот».	Слушают, отвечают на вопросы. Играют в игру.	Развитие слухового восприятия, координации.
4	Практическое занятие. Последовательность действий при умывании.	1	26.11.	Знать последовательность действий при мытье и вытирании рук.	Мыло, полотенце, плакат с последовательностью мытья рук. Дидактическая игра «Умывайся правильно».	Выполняют последовательность действий.	Развитие зрительного восприятия, мелкой моторики.
5	Уход за глазами.	1	03.12.	Знать правила бережного отношения к зрению.	Беседа об органах зрения. Игра «Полезно – вредно», гимнастика для глаз.	Отвечают на вопросы. Соблюдают правила игры.	Развитие зрительного восприятия.
6	«Как правильно ухаживать за ушами».	1	10.12.	Знать основные правила ухода за ушами.	Просмотр мультфильма «Слух» Смешарики, проектор. Дидактическая игра: «Что это за звук?»	Отвечают на вопросы. Соблюдают правила игры.	Развитие слухового восприятия.

7	«Чтобы зубы были здоровыми».	1	17.12.	Знать что полезно, что вредно для зубов.	Презентация, мультфильм «Фиксики», проектор, аудиозапись песни «От улыбки».	Отвечают на вопросы.	Развитие зрительного, слухового восприятия.
---	------------------------------	---	--------	--	---	----------------------	---

8	«Как сохранить улыбку красивой?».	1	24.11.2.	Знать основные правила ухода за зубами.	Практическое занятие. Зубная паста, зубная щетка.	Выполняют практическое задание.	Формирование умения выполнять простые поручения по словесному заданию.
	3 четверть	8	12.04-27.03.				
9	«Зачем человеку кожа».	1	14.01	Уметь пользоваться предметами личной гигиены.	Практическое занятие. Презентация, портрет ЗлочкиГрязнучки.	Выполняют практическое задание.	Формирование умения выполнять простые поручения по словесному заданию.
10	Уход за руками «Рабочие инструменты человека».	1	21.01	Уметь правильно ухаживать за руками.	Беседа, загадки, просмотр мультфильма «Лечение Василия», проектор.	Отвечают на вопросы .	Развитие зрительного, слухового восприятия.
11	«Овощи и фрукты-полезные продукты».		28.01	Иметь представление о пользе витаминов в овощах и фруктах.	Презентация, проектор, плакаты с изображением овощей и фруктов, трафареты овощей, цветные карандаши, альбом.	Рассматривают плакаты, отвечают на вопросы, рисуют с помощью трафарета овощи, фрукты.	Развитие мелкой моторики, тактильнодвигательное восприятие.

12	«Здоровая пища для всей семьи».	1	04.02	Уметь распознавать «полезную» и «вредную» пищу.	Беседа, загадки, картинки с продуктами. Игра «Полезно, вредно».	Отвечают на вопросы, отгадывают загадки, соблюдают правила игры.	Развитие слухового восприятия.
13	«Как сделать сон полезным?».	1	11.02	Иметь представление о гигиене сна.	Книжечки с колыбельными песнями, иллюстрации животных, карточки с загадками, пословицами о сне.	Отвечают на вопросы, рассматривают иллюстрации	Развитие слухового и зрительного восприятия.
14	«Вредные привычки».	1	25.02	Иметь представление о последствиях влияния привычек на здоровье человека.	Мультфильм «Вредные привычки», проектор, игра «Да-нет».	Отвечают на вопросы, соблюдают правила игры.	Развитие зрительного восприятия.
15	«Поведение в школе».	1	04.03	Знать правила культурного поведения в школе.	Беседа, сюжетные картинки.	Отвечают на вопросы.	Развитие слухового восприятия.
16	Инструктаж о правилах поведения во время каникул.	1	11.03.	Знать правила поведения во время каникул.	Инструктаж.	Расписываются в журнале по технике безопасности.	Развитие слухового восприятия.

17	«Безопасность в доме». Проигрывание ситуации .	1	18.03.	Уметь по картинкам определять опасную ситуацию (при помощи учителя).	Картинки, проигрывание ситуаций.	Определяют, какая ситуация изображена на картинки, проигрывают ситуацию(при помощи учителя).	Развитие воображения.
----	--	---	--------	--	----------------------------------	--	-----------------------

18	«Правила пожарной безопасности».	1	25.03.	Знать правила пожарной безопасности.	Просмотр мультфильма «Кошкин дом», альбом, карандаши.	Отвечают на вопросы после просмотра мультфильма, рисуют рисунки.	Развитие зрительного восприятия, мелкой моторики.
	4 четверть	7	06.04-26.05.				
19	Практическое занятие «Эвакуация при пожаре».	1	08.04.	Знать правила эвакуации во время пожара.	Дид.игра «Позвони в пожарную» (скорую, полицию), плакаты.	Играют в дид.игры, рассматривают плакаты. Практическое занятие.	Развитие движений и ориентировки в пространстве.
20	Игра «Светофорчики».	1	15.04.	Знать о порядке расположения сигналов светофора.	Светофор, картинки с изображениями различного вида транспорта.	Играют в игру, запоминают расположение сигналов светофора.	Развитие зрительного восприятия.
21	«Охрана окружающей среды».	1	22.04.	Иметь представление о проблеме мусора.	Беседа, презентация, проектор, игра	Отвечают на вопросы, играют в	Развитие слухового восприятия.

22	Конкурс рисунков «Мы спасем свою планету».	1	29.04.	Уметь подобрать нужные цвета.	Карандаши, альбом, ластик.	Рисуют, выставляют свои работы на выставку.	Развитие воображения.
23	Профилактика простудных заболеваний. «Откуда берутся болезни?».	1	06.05.	Иметь представление ,что полезно и что вредно для здоровья.	Беседа, презентация, сюжетно-ролевая игра «Больница».	Отвечают на вопросы, играют в сюжетно-ролевую игру « Больница».	Развитие зрительного , слухового воображения.

24	«Веселые старты».	1	13.05.	Уметь выполнять общеразвивающие упражнения.	Мячи, обручи, скакалки.	Действуют сообща по сигналу.	Развитие общей моторики, ориентировки в пространстве.
25	Конкурс рисунков «Будем здоровы!».	1	20.05.	Уметь ориентироваться в пространстве на листке бумаги.	Краски, кисточки, стаканчик для воды.	Рисуют. Выставка работ.	Развитие воображения.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484444

Владелец Чуприянов Григорий Евгеньевич

Действителен с 29.11.2024 по 29.11.2025