

**ПРИНЯТА**

решением Педагогического совета

Протокол № 1 от 30.08.2024

**УТВЕРЖДЕНА**

Директор ГБОУ школы-интерната № 22

\_\_\_\_\_  
Иванова И.Ю.  
Приказ № 327 от 30.08.2024

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа-интернат № 22 Невского района Санкт-Петербурга

**Рабочая программа**  
курса  
**«Путешествие в страну здоровья и безопасности»**  
**для 6 «А» класса**  
на 2024 – 2025 учебный год

учитель: Кононова А.М.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса «Путешествие в страну здоровья и безопасности» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она адаптирована для учащихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом их особенностей развития, возможностей и образовательных потребностей.

Программа предусматривает формирование основ знаний и умений по сохранению здоровья и защите жизни в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, по оказанию само- и взаимопомощи в случае проявления опасностей. Она предназначена для привития учащимся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности, умений распознавать и оценивать опасные и вредные факторы среды обитания человека и определять способы защиты от них.

В результате реализации программы у обучающихся развиваются группы качеств: внимательное, ответственное отношение к самому себе, к своему здоровью, к другим людям, к окружающему миру, уважение к старшим, доброта, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

**Цель программы:** воспитание и формирование человека, владеющего системой теоретических знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих основных задач:

**образовательные:**

- формирование у учащихся правильного восприятия роли и места человека в системе «Природа-Человек-Общество», понимание взаимозависимости ее составляющих в обеспечении безопасности жизнедеятельности;
- освоение учащимися правил и принципов безопасного поведения, деятельности, не порождающей источников опасностей;
- формирование у учащихся навыков здорового образа жизни;
- развитие умения применять средства и способы защиты жизни и здоровья в экстремальных ситуациях.

**коррекционно-развивающие:**

- формирование навыков сравнения, обобщения, анализа, синтеза;
- развитие наблюдательности, внимания, абстрактного мышления, памяти, речи;
- обучение установлению простейших причинно-следственных связей;
- расширение кругозора.

**Основные направления и ценностные основы воспитания и социализации учащихся:**

| Основные направления и ценностные основы воспитания и социализации учащихся   | Решение задачи воспитания и социализации учащихся с учетом рабочей программы воспитания   |
|---|---|
| 1. Воспитание гражданственности, патриотизма, уважения к правам, свободам и обязанностям человека.<br>Ценности:<br>любовь к России, своему народу, своей малой родине, родному языку; закон и | – формирование любви к школе, к своей малой родине (своему городу), народу, России;<br>– знакомство с государственной символикой;<br>– знакомство с традициями своей семьи и школы, бережное отношение к ним; |

|   |   |
|---|---|
| <p>правопорядок; свобода и ответственность</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование правил поведения в классе, школе, дома;</li> <li>– формирование уважительного отношения к своей стране, гордость за её достижения и успехи,</li> <li>- формирование уважение к правам и свободам личности.</li> </ul>   |
| <p>2. Воспитание нравственных чувств и этического сознания.<br/>         Ценности:<br/>         нравственный выбор; справедливость; милосердие; честь; достоинство; любовь; почитание родителей; забота о старших и младших</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; убеждённости в приоритете общечеловеческих ценностей;</li> <li>– закрепление правил вежливого поведения, культуры речи;</li> <li>– формирование уважительного отношения к собеседнику, его взглядам;</li> <li>– различение хороших и плохих поступков, умение анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков других людей, в том числе персонажей литературных произведений;</li> <li>– формирование почтительного отношения к родителям и другим членам своей семьи, к семейным ценностям и традициям;</li> <li>– формирование представлений о дружбе и друзьях,</li> <li>– формирование чувства собственного достоинства и уважения к достоинству других людей;</li> <li>– стремление к критическому мышлению;</li> <li>– формирование потребности в поиске истины (потребность и способность понимать), эмоционально-нравственная отзывчивость (готовность помочь), понимание и сопереживание чувствам других людей;</li> <li>– развитие уверенности в себе и своих силах;</li> <li>– формирование доверительного, внимательного, уважительного отношения к окружающим людям;</li> <li>– формирование чувства великодушия, милосердия, стремления приходить на помощь, желания доставлять радость людям;</li> </ul> |
| <p>3. Воспитание трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни.<br/>         Ценности:<br/>         трудолюбие; творчество; познание; целеустремлённость; настойчивость в достижении целей</p>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование уважения к труду и творчеству старших и сверстников;</li> <li>– формирование потребности считаться с мнением членов коллектива;</li> <li>– формирование понимания роли знаний в жизни человека;</li> </ul>  |

|  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование положительного отношения к учебному процессу; умения вести себя на уроках;</li> <li>– развитие познавательных потребностей; потребности расширять кругозор; проявлять любознательность;</li> <li>– развитие способность к общению: умению принимать свои собственные решения, уважительному отношению к мнению собеседника, его взглядам.</li> </ul>  |
| <p>4. Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.<br/>Ценности:<br/>здоровье физическое, здоровье социальное (здоровье членов семьи и школьного коллектива); активный, здоровый образ жизни</p>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>– стремление не совершать поступки, угрожающие собственному здоровью и безопасности;</li> <li>– стремление к активному образу жизни;</li> <li>– формирование положительного отношения к спорту.</li> </ul>   |
| <p>5. Воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание).<br/>Ценности:<br/>жизнь; родная земля; окружающий мир; экология</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование бережного, уважительного отношения к природе и всем формам жизни;</li> <li>– понимание активной роли человека в природе;</li> <li>– формирование чувства ответственности за жизнь и здоровье домашних питомцев,</li> <li>– осознание необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде.</li> </ul>   |
| <p>6. Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях (эстетическое воспитание)<br/>Ценности:<br/>красота; гармония; духовный мир человека; художественное творчество</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– развитие умения видеть красоту в окружающем мире, в труде, творчестве, поведении и поступках людей;</li> <li>– развитие интереса к чтению, произведениям искусства, спектаклям, концертам, выставкам;</li> <li>– стремление выразить себя в различных видах творческой деятельности;</li> <li>– формирование уважительного отношения к мировой истории, памятникам литературы, искусства и науки.</li> </ul> |

**Программа по курсу «Путешествие в страну здоровья и безопасности» составлена на основании:**

- Приказа Министерства образования Российской Федерации от 19.12.2014 г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
- Положения о рабочей программе, принятого решением Управляющего совета 06.06.2024 г., протокол № 5.
- Плана внеурочной деятельности, реализующего адаптированную основную общеобразовательную программу образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), (вариант 1) на 2024 – 2025 учебный год.

- Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), 1 вариант.

Рабочая программа в 6 классе рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю).

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, распределение содержания программы, исходя из психофизиологических особенностей класса.

### **Средства, методы и формы обучения.**

Методы и средства целесообразно классифицировать в зависимости от этапов обучения: сообщение новых знаний, закрепление, контроль.

При формировании новых знаний, умений и навыков используются современные методы обучения: наглядные, словесные и практические. У учащихся с проблемами в развитии и обучении наглядные и словесные методы применяются параллельно. Проблемный метод позволяет организовывать познавательную деятельность учащихся таким образом, что они самостоятельно могут сделать доступные им обобщения и выводы. Используется репродуктивный метод, позволяющий тренировать память. Применяется творческая деятельность и частично поисковые методы при работе с типовыми планами. В качестве мотивации используется технология опережающего обучения.

При закреплении новых знаний ведущими являются практические методы работы, которые используются при формировании общеучебных навыков на уроках. При отработке навыков целесообразно использовать дидактические игры. Метод беседы используется при закреплении теоретических знаний.

### **Виды и формы контроля (безоценочного):**

- устный или письменный подробный или сжатый пересказ по наводящим вопросам,
- устный или письменный опрос по пройденному материалу,
- тестирование (в том числе с использованием информационно – коммуникационных технологий),
  - наблюдение (подразумевает отслеживание сформированных умений, навыков и приемов применения знаний),
- творческие работы

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся проводится согласно локальному нормативному акту ОУ.

### **Личностными результатами обучения в 6 классе являются:**

- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- соблюдение правил здорового образа жизни;
- сформированность адекватных представлений об опасностях и вредных факторах среды обитания человека;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- проявление доброжелательности, взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей,

- сформированность навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

### **Планируемые результаты освоения программы:**

- сформированность адекватных представлений:
  - об опасных и вредных факторах среды обитания человека,
  - о поведении на игровой площадке;
  - о правилах безопасной езды на велосипеде;
  - о правилах предосторожности, необходимые для обеспечения предотвращения возникновения криминальной ситуации в жилище и на улице;
  - о способах ориентирования в лесу по компасу, по звукам, по солнцу, по растениям, по муравейнику;
  - о правилах безопасности на природе;
  - о правилах поведения на воде;
  - о повадках домашних и диких животных;
  - о правилах подготовки к туристическому походу;
  - об оказании первой помощи в туристическом походе,
  - о вреде алкоголя;
  - о вреде курения.
- сформированность навыков и умений:
  - находить северную сторону по компасу, по растениям, по муравейнику;
  - различать домашних, диких и одичавших домашних животных;
  - соблюдать правила поведения с незнакомыми домашними животными;
  - оказывать первую помощь при различных укусах и вызывать врача;
  - оказывать первую помощь при ссадинах и царапинах;
  - подбирать снаряжение для туристического похода.

В соответствии со ст. 16. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», организации, осуществляющие образовательную деятельность, вправе применять электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ.

В этом случае для обучающихся готовятся задания с указанием контрольных сроков их выполнения, которые размещаются на официальном сайте ОУ в специальном разделе или высылаются доступными для обучающихся способами.

В обучении с применением дистанционных образовательных технологий могут использоваться следующие организационные формы учебной деятельности:

- консультация;
- самостоятельная работа.

Использование технологий электронного обучения в образовательном процессе предполагает следующие виды учебной деятельности:

| <b>Вид учебной деятельности</b>    | <b>Форма, режим</b>   | <b>Этап изучения материала</b>   |
|------------------------------------|---|--|
| Установочные занятия               | Очная, заочная, в индивидуальном или групповом режиме – в зависимости от особенностей и возможностей обучающихся (режим online или offline) | Перед началом обучения, перед началом курса, перед началом значимых объемных или сложных тем курса |
| Самостоятельное изучение материала | Заочная, на основе рекомендованных информационных источников (режим online или offline)   | Во время карантина или переноса учебных занятий  |
| Консультирование                   | Индивидуально или в группе, в режиме online или offline   | В процессе изучения учебных курсов – по мере возникновения затруднений у обучающегося              |
| Контроль                           | Заочно (в режиме online или offline)  | По завершении отдельных тем или курса в целом  |

Текущий контроль при организации освоения образовательных программ или их частей с применением дистанционных образовательных технологий может организовываться в следующих формах:

- электронный опрос с применением тестов, интерактивных заданий;
- выполнение самостоятельной работы по предмету, организованной с использованием цифровых платформ или без них;

#### **Содержание курса:**

1. На игровой площадке.
2. На природе.
3. Туристский поход: радость без неприятностей.
4. Когда человек сам себе враг.

#### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

- Виноградова Н.Ф. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для учащихся 5-6 классов образовательных учреждений. Издательский центр «Вентана-Граф». Москва 2020г.
- Воронин Д. «Опасные забавы». Пособие по дисциплине «ОБЖ» для младшего и среднего школьного возраста. «Янтарный сказ», 2001 г.
- Ильин А. «Книга, которая спасет вам жизнь». ЭКСМО Москва 2012.

- Лукьянов Е.А. Материалы к курсу «ОБЖ». «Экстремальные ситуации в природе».СПб, 1992 г.
- Топоров И.К. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебное пособие. СПб, 1992 г.
- Топоров И.К.. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для учащихся 5-6 классов образовательных учреждений. М, «Просвещение», 2001
- Якушкин Г.В. «Терроризм – угроза жизни и безопасности». Действия населения в случае угрозы и совершения террористического акта.СПб, 2004 г.
- Памятка «Это необходимо знать, чтобы избежать чрезвычайной ситуации».СПб., 2007 г.
- «Первая медицинская помощь». Порядок, приемы и правила оказания первой медицинской помощи в различных ситуациях. СПб., 2004 г.
- Сборник вопросов и задач по курсу «ОБЖ». 5-9 классы. СПб., 1998 г.
- Драновская Р.Г.. Рабочая тетрадь по основам безопасности жизнедеятельности, к учебнику «ОБЖ», 5 класс, Москва, АСТ Астрель 2010
- Интернет
- Электронные презентации
  - <https://interneturok.ru/lesson/obzh/5-klass/lichnaya-bezopasnost-v-povsednevnoy-zhizni/opasnye-i-chrezvychaynye-situatsii>
  - <https://interneturok.ru/lesson/obzh/5-klass/lichnaya-bezopasnost-v-povsednevnoy-zhizni/opasnye-i-chrezvychaynye-situatsii>
  - <https://www.youtube.com/watch?v=UO3tDIyd-US>
  - <https://www.youtube.com/watch?v=BCz4EITmGcA>



## Календарно – тематическое планирование

### 6 А класс

| №п/п | Тема урока                                  | Количество часов | Основные виды деятельности  | Дата     |          |
|------|---|------------------|---|----------|----------|
|      |   |                  |   | по плану | по факту |
| 1.   | Введение.                                   | 1                | Просмотр презентации.<br>Анализ проблемных ситуаций.  |          |          |
| 2.   | Подготовка к прогулке.                      | 1                | Анализ полученной информации.   |          |          |
| 3.   | На игровой площадке. Качели и безопасность. | 1                | Анализ имеющегося опыта.<br>Оценка выполнения тестовых заданий (самооценка)   |          |          |
| 4.   | Правила езды на велосипеде.                 | 1                | Оформление памятки:<br>последовательность действий.<br>Участие в диалоге.   |          |          |
| 5.   | Учимся оказывать помощь.                    | 1                | Работа с рубрикой «Вспомни»: актуализация имеющегося опыта по данной теме. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи.                       |          |          |
| 6.   | Учимся оказывать помощь.                    | 1                | Работа с рубрикой «Вспомни»: актуализация имеющегося опыта по данной теме Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи.                        |          |          |
| 7.   | Встреча с животным.                         | 1                | Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»); анализ текста «Собака не всегда друг». Работа с иллюстрациями: ответ на вопрос «Стоит ли бездумно рисковать?». |          |          |

|     |  |   |  |  |  |
|-----|--|---|--|--|--|
|     |  |   |  |  |  |
| 8.  | Повторение.                              | 1 | Выполнение тестовых заданий.   |  |  |
| 9.  | Ориентирование по компасу.               | 1 | Анализ имеющегося опыта. Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»); анализ текста «Ориентирование по компасу». Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи.  |  |  |
| 10. | Ориентирование по Солнцу, Луне, звездам. | 1 | Анализ имеющегося опыта. Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»); анализ текста «Ориентирование без компаса». Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи  |  |  |
| 11. | Ориентирование по местным признакам.     | 1 | Анализ имеющегося опыта. Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»); анализ текста «Если вы заблудились в лесу». Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи  |  |  |
| 12. | Правила поведения на экскурсии.          | 1 | Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»); анализ текста «Общие правила поведения во время прогулок на природе». Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи |  |  |
| 13. | Если встретилась опасность.              | 1 | Анализ имеющегося опыта. Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»); анализ текста «Опасность укусов насекомых и клещей». Оформление памятки: последовательность действий.          |  |  |

|     |   |   |   |  |  |
|-----|---|---|---|--|--|
|     |   |   | Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи   |  |  |
| 14. | Если встретилась опасность.   | 1 | Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»); анализ текста «Укусы змей. Первая помощь». Оформление памятки: последовательность действий.                                |  |  |
| 15. | На водоеме.   | 1 | Чтение и анализ текста «Вода таит опасность». Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи   |  |  |
| 16. | Повторение.   | 1 | Выполнение тестовых заданий.  |  |  |
| 17. | На водоеме.   | 1 | Чтение и анализ текста «Чтобы забава не обернулась бедой ».. Оформление памятки: последовательность действий. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи |  |  |
| 18. | На водоеме.   | 1 | Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»); анализ текста «Солнечный удар. Первая помощь. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи.           |  |  |
| 19. | Любим ли мы туристические походы.                                     | 1 | Участие в учебном диалоге: подготовка к походу (анализ иллюстративного материала и текста).   |  |  |
| 20. | Любим ли мы туристические походы.                                     | 1 | Участие в учебном диалоге: подготовка к походу, снаряжение (анализ иллюстративного материала и текста).   |  |  |
| 21. | Правила организации безопасного похода. Подбираем снаряжение. Рюкзак. | 1 | Участие в учебном диалоге: подготовка к походу, снаряжение (анализ иллюстративного материала и  |  |  |

|     |   |   |   |  |  |
|-----|---|---|---|--|--|
|     |   |   | текста).  |  |  |
| 22. | Правила организации безопасного похода. Подбираем снаряжение. Спальный мешок. | 1 | Участие в учебном диалоге: подготовка к походу, снаряжение (анализ иллюстративного материала и текста).                               |  |  |
| 23. | Правила организации безопасного похода. Об одежде и обуви для туристов.       | 1 | Работа с иллюстративным материалом и текстом: анализ поведения туристов   |  |  |
| 24. | Походная аптечка.   | 1 | Оценка информации, данной в рубрике «Медицинская страничка». Работа с иллюстративным материалом и текстом: анализ поведения туристов. |  |  |
| 25. | Походная аптечка.   | 1 | Оценка информации, данной в рубрике «Медицинская страничка». Работа с иллюстративным материалом и текстом: анализ поведения туристов. |  |  |
| 26. | Повторение.   | 1 | Выполнение тестовых заданий.  |  |  |
| 27. | Режим дня в туристическом походе.   | 1 | Участие в учебном диалоге: «Режим дня в многодневном туристском походе» (анализ иллюстративного материала и текста).                  |  |  |
| 28. | Походная еда.   | 1 | Участие в учебном диалоге: «Походная еда» (анализ иллюстративного материала и текста).  |  |  |
| 29. | Первая помощь пострадавшему в походе/   | 1 | Оценка информации, данной в рубрике «Медицинская страничка». Работа с иллюстративным материалом и текстом: анализ поведения туристов. |  |  |
| 30. | Алкоголь наносит удары по организму.  | 1 | Участие в учебном диалоге: анализ иллюстративного материала и текста.   |  |  |
| 31. | Вред алкоголя. Стоит ли рисковать?  | 1 | Участие в учебном диалоге: анализ иллюстративного   |  |  |

|     |  |   |   |  |  |
|-----|--|---|---|--|--|
|     |  |   | материала и текста.   |  |  |
| 32. | Вред алкоголя. Стоит ли калечить свою жизнь? | 1 | Участие в учебном диалоге: анализ иллюстративного материала и текста. |  |  |
| 33. | Вред курения. Курение убивает.               | 1 | Участие в учебном диалоге: анализ иллюстративного материала и текста. |  |  |
| 34. | Повторение.                                  | 1 | Выполнение тестовых заданий.  |  |  |

