|  |
| --- |
| Міністерство освіти і науки України  Інститут спеціальної педагогіки НАПН України |
| Навчальні програми для 5-9 (10) класів спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів для дітей з тяжкими порушеннями мовлення Основи здоров’я 5 клас  **Укладач: к.психол. наук, старший науковий співробітник лабораторії логопедії Андрусишина Л.Є.** |
| Київ - 2014 |

**Упорядник Андрусишина Л.Є.** **Адаптовано до Державного стандарту початкової загальної освіти для дітей з особливими освітніми потребами, що впроваджується з 1.09.2014р.**

Основа: Програма «Основи здоров’я» для загальноосвітніх навчальних закладів (1-4 класи). Програму підготували Т. Є. Бойченко, Т. В. Воронцова, О. В. Гнатюк, С. В. Гозак, О. Л. Москаленко, В. А.

**Зміст**

Програма. 5 клас4

**5 клас**

***(загальна кількість -17 годин)***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Кількість годин** | **Зміст навчального матеріалу** | **Навчальні досягнення учнів** | **Спрямованість корекційно-розвиткової роботи та очікувані результати** |
| 1 | **Вступ. ЗНАЧЕННЯ ЗДОРОВ’Я В ЖИТТІ ЛЮДИНИ.** | | |
| 4 | Цінність і неповторність життя людини, здоров’я — необхідна умова розвитку людини. Здоровий спосіб життя. | **Учень/учениця:**  *називає:* визначення здоров’я; основні складові здорового способу життя;  *наводить приклади:*ставлення до життя і здоров’я різних людей;  *пояснює:*необхідність берегти життя і здоров’я; важливість здоров’я для власного життя; важливість здоров’я для членів сім’ї; зміст приказок і прислів’їв про здоров’я;  *розуміє:*необхідність зміцнення здоров’я з раннього віку;  *порівнює:*ставлення до здоров’я своїх однокласників. | Формування поняття “здоров’я людини” на основі абстрагування, узагальнення та диференціації зовнішніх і внутрішніх ознак здорової і хворої людини.  На основі порівняння себе з іншими людьми усвідомлює необхідність здорового способу життя.  Розвиток вербально-логічного мислення: надає обґрунтовані пояснення щодо мотивації власних дій, міркує про причини дій інших людей, прогнозує їх можливі наслідки.  Виявляє прагнення до самостійності, самовдосконалення на основі усвідомлення значення здоров’я для життя людини.  Використовує складні речення з підрядними причини (*чому? з якої причини?*), мети (*для чого? з якою метою?*), порівняння (*як?*).  Розвиток умінь висловлювати власні міркування щодо змісту почутого чи прочитаного: виражати власні міркування щодо подій і їх учасників, наводити аналогічні приклади з власного досвіду. |
| 4 | Основні складові здоров’я: фізична, соціальна, психічна, духовна. Їх зв’язок і взаємовплив.  Безпека і небезпека для життя.  ***Практична робота:***  Відпрацювання повідомлення про небезпечні ситуації (пожежа, витік газу, напад). | **Учень/учениця:**  *називає:* основні ознаки здоров’я; складові здоров’я;  *наводить приклади:*впливу здоров’я на можливість виконання різних видів діяльності учня; впливу різних небезпек на життя і здоров’я; небезпечних ситуацій, що сталися в регіоні, країні, світі;  *розпізнає:*основні ознаки складових здоров’я;  основні ознаки різних небезпек;  *пояснює:*взаємозв’язок складових здоров’я; вплив найпоширеніших небезпек на життя і здоров’я людини;  *спостерігає за:* щоденними виявами здоров’я;  *розуміє:*необхідність обачної поведінки; *порівнює:*самопочуття під час хвороби і після одужання;  *здійснює у разі потреби:* виклик служб захисту;  *дотримується правил:*повідомлення батьків, сусідів та відповідних державних служб про небезпечні ситуації. | Формування поняття “здоров’я людини” на основі абстрагування, узагальнення та конкретизації основних ознак складових здоров’я(фізичної, соціальної, психічної, духовної).  Формування поняття “небезпечна ситуація” на основі абстрагування, узагальнення та диференціації спільних та відмінних ознак різних небезпек.  Розвиток сенсорних процесів на основі уміння розпізнавати відчуття різної модальності, диференціювати внутрішні стани організму при їх безпосередньому впливі на відповідні рецептори (зорові, слухові, нюхові, больові тощо).  Формування розуміння значення абстрактних слів, що позначають стани людського організму, з опорою на контекст, предметну ситуацію тощо.  Розвиток умінь висловлювати власні міркування щодо змісту почутого чи прочитаного: виражати власні міркування щодо подій і їх учасників, наводити аналогічні приклади з власного досвіду.  Формування емоційно-позитивного відношення школяра до самого себе на основі самоспостереження, виховання навичок гігієни, почуття відповідальності за збереження власного життя. |
| 4 | **Розвиток підлітків**.  Фізичний розвиток людини. Рухова активність та її вплив на розвиток підлітків.  **Життєвий ритм**.  Розпорядок дня підлітків. Сон і здоров’я. Втома і перевтома. Попередження перевтоми.  **Активний відпочинок**.  Види активного відпочинку. Вправи і процедури для збереження і зміцнення здоров’я. Вплив постави на здоров’я. Особливості формування постави у підлітків.  **Загартовування**.  Загартовування, його значення. Комплексне загартовування сонцем, повітрям і водою. Правила загартовування.  ***Практична робота:***  Виконання вправ для профілактики порушень постави. | **Учень/учениця:**  *наводить приклади:*життєвих ситуацій, що призводять до втоми і перевтоми; впливу постави на здоров’я;  *характеризує:*вплив рухової активності на розвиток і здоров’я підлітків; ознаки втоми і перевтоми;  *пояснює:*вплив природних чинників на фiзичний розвиток підлітків; вплив загартовування на зміцнення здоров’я; вплив рухової активності на ріст і розвиток; вплив утоми на здоров’я; зв’язок перевтоми і виникнення захворювань;  *порівнює:*стан здоров’я людини загартованої та незагартованої;  *складає:* власний розпорядок дня;  *виконує:*комплекси вправ і процедур, спрямованих на збереження і зміцнення здоров’я; гігієнічні правила під час занять фізичними вправами;  *визначає:* зріст і масу тіла; рівень свого фізичного розвитку (за допомогою старших); ознаки правильної постави.  *користується:*елементами різних видів загартовування;  *дотримується правил:* організації навчання та відпочинку; загартовування; попередження перевтоми. | Розширення та уточнення поняття “здоров’я людини” на основі абстрагування, узагальнення та конкретизації основних ознак фізичного здоров’я людини.  Розвиток вербально-логічного мислення: абстрагує позитивні та негативні чинники впливу на здоров’я людини, міркує про їх можливі наслідки.  Розвиток сенсомоторних процесів на основі уміння розпізнавати та диференціювати відчуття різної модальності (механічні, температурні, больові) при їх безпосередньому впливі на відповідні рецептори.  Здійснює планування і самоконтроль (або частковим контролем з боку дорослого)власної життєдіяльності з опорою на розпорядок дня.  Розвиток лексичної системності на основі узагальнення значень слів, які позначають *ознаки і стани здоров’я і хвороби*.  Використовує складні речення з підрядними причини (*чому? з якої причини?*), мети (*для чого? з якою метою?*), порівняння (*як?*). |
| 4 | **Право на здоров’я**.  Права і обов’язки щодо збереження і зміцнення здоров’я учнів. Особиста відповідальність за здоров’я.  **Сім’я і здоров’я**.  Обов’язки членів родини щодо збереження і зміцнення здоров’я. Основні функції сім’ї і громади щодо збереження здоров’я. Вплив способу життя родини на здоров’я підлітків.Допомога людям з обмеженими можливостями.  ***Практична робота:***  Моделювання ситуації допомоги людині з обмеженими можливостями.  **Профілактика ВІЛ-інфікування**.  Шляхи зараження ВIЛ. Право підлітків на убезпечення щодо ВІЛ / СНІД. Як уберегтися від ВІЛ-інфікування.  ***Практична робота*:**  Моделювання ситуації, у якій необхідно сказати “Ні!”.  **Безпечне середовище.**  Поняття про безпечне середовище. Основні небезпеки навколишнього середовища: природні, техногенні, соціальні. Стихійні лиха та їх наслідки. Умови виникнення пожежі.  **Безпечна поведінка.**  Правила безпечної поведінки удома, надворі, у натовпі.Правила безпечної поведінки на воді. Способи рятування потерпілих на воді. Правила дорожнього руху. Перехід багатосмугової дороги. Дороги в мікрорайоні школи, громадський транспорт, зупинки. Поведінка при ДТП. Людина в автономній ситуації. Основні правила поводження під час виникнення небезпечних ситуацій. Засоби і способи захисту.  **Служби захисту.**  Служби захисту населення: пожежна служба, міліція, швидка допомога, служба газу, служба цивільної оборони.  ***Практичні роботи:***  Моделювання ситуації та відпрацювання алгоритму дій після виклику служб захисту населення.  Моделювання ситуації та відпрацювання алгоритму поведінки у натовпі.  Моделювання ситуації та відпрацювання алгоритму надання першої допомоги потерпілим на воді. | **Учень/учениця:**  *наводить приклади:* порушення прав дитини; впливу способу життя сім’ї на здоров’я підлітків; допомоги людям з обмеженими можливостями;  *пояснює:*необхідність піклування про здоров’я своє та членів сім’ї;  *характеризує:*обов’язки членів родини щодо збереження і зміцнення здоров’я;  *розуміє:*необхідність користування своїми правами;  *користується:*допомогою дорослих у разі необхідності;  *називає:* шляхи зараження ВІЛ;  *наводить приклади:* ситуацій, у яких необхідно сказати “Ні!”;  *розуміє:*необхідність попередження ВІЛ-інфікування;  *дотримується правил:* безпечної поведінки щодо ВІЛ / СНІД;  *називає:*телефони служб захисту населення;  *наводить приклади:*наслідків порушення правил поведінки на воді та дорожнього руху; поведінки людини в автономній ситуації;  *пояснює:*необхідність дотримуватися правил безпеки на воді та дорожнього руху; вплив основних чинників небезпеки під час виживання в автономній ситуації;  *характеризує:*наслідки небезпечних ситуацій;найпростіші методи виживання в автономній ситуації (тепло, вода, їжа);  *порівнює:*ризики небезпеки навколишнього середовища залежно від поведінки;  *виконує:*найпростіші методи захисту життя; основні елементи першої допомоги потерпілим на воді;  *користується:*допомогою служби захисту населення;  *дотримується правил:*безпечної поведінки на воді та правил дорожнього руху; відмови від пропозицій незнайомих людей; виживання в автономній ситуації. | Формування понять “права” і “обов’язки” на основі порівняння випадків соціально схвальної і асоціальної поведінки, встановлення причинно-наслідкових зв’язків між способом життя і станом здоров’я, порушеннями правил безпечної поведінки і наслідками (виникнення небезпечних ситуацій, хвороба).  Розвиток вербально-логічного мислення: порівнює власні вчинки і поведінку з іншими людьми, проводить аналогії та моделює за аналогією власну поведінку.  Розвиток емоційного інтелекту на основі уміння співвідносити власні стани із станами інших людей (в контексті конкретної та уявної ситуацій), розпізнає стани людей з опорою на предметні й сюжетні картинки.  Формування розуміння значення слів, що позначають стани людського організму, з опорою на контекст, предметну ситуацію тощо.  Розвиток умінь висловлювати власні міркування щодо змісту почутого чи прочитаного: виражати власні міркування щодо подій і їх учасників, наводити аналогічні приклади з власного досвіду.  Формування емоційно-позитивного відношення школяра до самого себе на основі самоспостереження, виховання навичок гігієни, почуття відповідальності за збереження власного здоров’я.  Формування моральних та гуманних почуттів на основі ціннісного ставлення до життя і здоров’я власного та інших людей. |
|  | **Екскурсія.**  Державні служби захисту населення (на вибір: міліція, швидка допомога, пожежна служба). | | |