

РАССМОТРЕНА

на заседании ШМО
учителей начальных
(основных, коррекционных)
классов

Протокол № 1 от 27.08.2021 г.

ПРИНЯТА

Педагогическим Советом
Протокол № 1 от
30.08.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор  Ткачев Е.А.

Приказ № 767 от 30.08.2021г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности
азбука здоровья

для 7 К класса

на 2021-2022 учебный год

Составитель:
учитель

 Л.А. Ратнер

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
 С.В. Мальшакова

Санкт-Петербург
2021г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Азбука здоровья» для 7К класса разработана на основе

- Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умеренной, тяжелой и глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) ГБОУ школа № 69 Курортного района Санкт-Петербурга .
в соответствии с
- Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральном государственном образовательном стандарте (Стандарт) обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Реализация рабочей программы предполагается в условиях классно-урочной системы обучения, на ее освоение по учебному плану школы на 2021-2022 учебный год отводится 34 часа. в год, (1 ч. в неделю) в 7 классе с учетом возможности осуществления образовательной деятельности с использованием электронного обучения и дистанционных технологий. Рабочая программа составлена в соответствии с учебным планом ОУ на 2021-2022 учебный год рассчитана на 33 часа (исходя из 34 учебных недель в году).

В содержание учебного курса, распределение учебного материала рабочей программы могут быть внесены изменения, обусловленные особенностями психофизического развития, на основании рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии и Службы сопровождения ГБОУ школы № 69, утвержденные на педагогическом совете школы и согласованные с родителями (законными представителями) обучающихся.

Программа внеурочной деятельности по *общекультурному оздоровительному* направлению «Азбука здоровья» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данная программа является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся, способствующая познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

При разработке программы учитывался контингент детей класса. При разработке программы учитывался контингент детей класса. В классе обучается 5 человек, 4 мальчика и 1 девочка 2006-2008 года рождения. Четверо учеников постоянно проживают в условиях социального учреждения (детский дом-интернат). У четверых учеников наблюдаются разнообразные, выраженные нарушения речевого развития (отсутствие вербальной речи, вокализации, эхоталии). У троих учеников наблюдаются различные нарушения поведения. У двоих учеников наблюдаются ярко выраженные признаки расстройства аутистического спектра (нарушение социального взаимодействия и коммуникации, сверхзначимые интересы и навязчивые действия, гиперчувствительность к сенсорным раздражителям). Два ученика начали обучение в классе с 01.09.2021. В классе можно выделить три микрогруппы сходных по образовательным потребностям:

- I. Ученик знает правила элементарной личной гигиены (мыть руки до и после еды, чистить зубы, принимать ванну) и выполняет их. Не владеет

алгоритмом ухода за помещением и посудой. Знает части тела и способ сообщить взрослому, о том что ему плохо

- II. Ученики владеют элементарными алгоритмами личной гигиены (мыть руки до и после еды), но самостоятельно их не соблюдают.
- III. Ученик частично владеет навыками элементарной гигиены (подставляет руки под воду льющуюся из крана и позволяет взрослому их мыть)

Цели обучения по программе «Азбука здоровья»:

- формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как, умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;
- развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;
- обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья

Основными задачами обучения по предмету «Культура общения» являются:

1. Формирование:

- представлений о: факторах, оказывающих влияющих на здоровье; правильном (здоровом) питании и его режиме; полезных продуктах; рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха; двигательной активности; причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье; основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;
- навыков конструктивного общения;
- потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития; формировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у учащихся мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

2. Обучение:

- ✓ осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;
- ✓ правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- ✓ элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- ✓ упражнениям сохранения зрения.

Рабочая программа в соответствии с учебным планом на 2021-2022 учебный год рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

Предполагаемые результаты освоения программы, учеником подгруппы I

Совершает практические действия по уборке помещения. Знает алгоритм мытья посуды (отвечает на вопросы по теме). Дифференцирует чистую и грязную посуду. Совершает практические действия по мытью посуды.

Предполагаемые результаты освоения программы, учениками подгруппы II

Совершают практические действия по уборке помещения с частичной помощью взрослого (стимулирующей и контролирующей). Дифференцируют чистую и грязную посуду.

Совершают практические действия по мытью посуды при частичной помощи взрослого (стимулирующей, контролирующей и направляющей)

Предполагаемые результаты освоения программы, учеником подгруппы III

Намыливает руки при помощи взрослого (рука в руке). Совершает практические действия по уборке помещения при значительной помощи взрослого (рука в руке). Совершают практические действия по мытью посуды при значительной помощи взрослого (рука в руке)

Учебно-методический комплекс

1. Альтернативная коммуникация. Методический сборник. Автор-составитель Штягинова Е.А. Новосибирск 2012
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Нисневич Л.А. Как помочь «особому» ребенку. Книга для педагогов и родителей. 2-е издание. – СПб. Институт специальной педагогики и психологии, 2000
3. Методика учебно-воспитательной работы в центре коррекционно-развивающего обучения и реабилитации: Учеб.-метод.пособие / М. Вентланд, С.Е. Гайдукевич, Т.В. Горудко и др.; Науч. ред. С.Е. Гайдукевич. – Мн.: БГПУ, 2009
4. Обучение и воспитание детей в условиях центра коррекционно-развивающего обучения и реабилитации: Пособие для педагогов и родителей / С.Е. Гайдукевич, В. Гайслер, Ф. Готан и др.; Науч. ред. С.Е. Гайдукевич. 2-е изд. - Мн.: УО «БГПУ им. М. Танка», 2008.
5. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) [Электронный ресурс]. – URL: <https://fgosreestr.ru/registry/primernaya-adaptirovannaya-osnovnaya-obshheobrazovatel'naya-programma-nachalnogo-obshhego-obrazovaniya-obuchayushhixsya-s-umstvennoj-otstalostyu/> (д а т а о б р а щ е н и я : 30.08.2021)
6. Развивающий уход за детьми с тяжелыми и множественными нарушениями развития: информ.-метод. сб. для специалистов/[О.С. Бояршинова, А.М. Пайкова и др.]; под ред. А.Л. Битовой, О.С. Бояршиновой. – М. :Фонд поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, 2017 [Электронный ресурс]. – URL: <https://mintrud.gov.ru/uploads/magic/ru-RU/a6909297-1500964913.pdf> (д а т а о б р а щ е н и я : 11.07.2020)
7. Человек и общество. Программы по социальной адаптации детей с глубоким нарушением интеллекта. Выпуск 2/ СПб «Образование»

Приложение 1

Календарно-тематический план

№	Тема	
---	------	--

1	Холодное и горячее.	07.сен
2	Цветовая дифференциация холодного и горячего	14.сен
3	Регулирование напора струи	21.сен
4	Смешивание воды разной температуры. Опыты	28.сен
5	Виды мыла	05.окт
6	Функциональные действия с мылом	12.окт
7	Полотенце (бумажное и тканевое)	19.окт
8	Функциональные действия с полотенцем	09.ноя
9	Сушилка для рук	16.ноя
10	Части тела. Актуализация	23.ноя
11	Чистое и грязное. Дифференцирование	30.ноя
12	Правила личной гигиены	07.дек
13	Уход за руками повторение пройденного	14.дек
14	Чистая и грязная посуда.	21.дек
15	Нахождение чистой и грязной посуды	28.дек
16	Зачем мыть посуду?	11.январь
17	Одежда для мытья посуды (резиновые перчатки, фартук)	18.январь
18	Инструменты для мытья посуды (губка)	25.январь
19	Мытье пластиковой посуды губкой (чашка, тарелка)	01.февраль
20	Мытье пластиковых столовых приборов губкой (ложка, вилка, нож)	08.февраль
21	Средства для мытья посуды	15.февраль
22	Мытье пластиковой посуды со средством для мытья посуды (чашка, тарелка)	22.февраль
23	Мытье пластиковых столовых приборов со средством для мытья посуды (ложка, вилка, нож)	01.март
24	Мытье пластиковой посуды и пластиковых столовых приборов со средством для мытья посуды	15.март
25	Мытье посуды повторение	22.март
26	Инструменты для уборки помещений	05.апрель
27	Использование ведра	12.апрель
28	Вытирание столов и протирка подоконников	19.апрель
29	Подметание и мытье полов	26.апрель
30	Уборка помещения. Практические действия	03.май
31	Уборка помещения. Практические действия	10.май
32	Вынос мусора	17.май
33	Уход за жилищем. Повторение пройденного	24.май

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Материально-техническое (информационное, методическое)

оснащение образовательного процесса

Материально-техническое (информационное, методическое)

оснащение образовательного процесса

1. Пиктограммы
2. Технические средства альтернативной коммуникации
3. Игрушечная посуда
4. Пластиковая, одноразовая посуда
5. Пластиковые столовые приборы
6. Средства для мытья посуды
7. Губки для мытья посуды
8. Инструменты уборки
9. Фланелеграф
10. Интерактивная доска