

РАССМОТРЕНА

на заседании ШМО
учителей 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 № 161 от 31.08.2021г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ

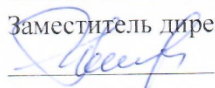
для 1 класса

на 2021-2022 учебный год

Составитель:
учитель

 С.А. Горошкина

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
 С.В. Мальшакова

Санкт-Петербург
2021г.

Пояснительная записка

Актуальность. Реализация внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению обучающихся с интеллектуальными нарушениями – это обучение школьников бережному отношению к своему здоровью и безопасности. В современных условиях проблема сохранения здоровья детей очень важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Существенным фактором снижения процента здоровых детей является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Программа ориентирована на детей с нарушениями интеллекта, у которых отсутствуют личные приоритеты здоровья, чаще всего присутствует отрицательный пример окружающих взрослых и детей в семьях. Поэтому решающая роль в формировании здорового образа жизни отводится школе.

Практическая значимость. В ходе реализации содержания программы, обучающиеся должны овладеть не только правилами безопасного поведения в различных ситуациях, но и путями и средствами укрепления здоровья: уметь оказывать первую медицинскую помощь, общаться со сверстниками и взрослыми, знать о значении природного окружения для здоровья человека.

Хотелось бы обратить внимание, что данная программа ориентирована на воспитание полезных привычек как альтернативы привычкам вредным и формирование установок на ведение здорового образа жизни. Главное – приобщить детей к здоровому образу жизни. Дети младшего школьного возраста наиболее восприимчивы к обучающемуся воздействию, поэтому целесообразно обучать их здоровому образу жизни. Программа помогает создать поведенческую модель ребёнка с ОВЗ, который изучает своё здоровье, пытается сохранять его, социализируется в обществе и умеет заботиться о своей безопасности. Работа начинается с 1 класса и рассчитана на весь курс начальной школы.

Программа является авторской и разрабатывалась исходя из потребностей контингента обучающихся с интеллектуальными нарушениями.

Цель:

- ◆ формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

Задачи:

- ◆ прививать учащимся знания, умения и навыки в области безопасности и здорового образа жизни;
- ◆ развивать у детей чувство ответственности за своё поведение и отношение к своему здоровью и здоровью окружающих;
- ◆ формировать гигиенические навыки и умения;
- ◆ воспитывать чувство сопричастности к жизни общества и природы;
- ◆ знакомить с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни;
- ◆ изучить основы медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи.

Основные личностные результаты внеурочной деятельности:

- ценностное отношение и любовь к близким;
- осознание себя как члена общества;
- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее охраны;
- готовность следовать этическим нормам поведения в повседневной жизни;
- понимание красоты в искусстве, в окружающей действительности;

- потребности и начальные умения выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных видах практической, художественно-эстетической, спортивно-физкультурной деятельности;
- развитие представлений об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов;
- расширение круга общения, развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- умение взаимодействовать с людьми, работать в коллективе;
- владение навыками коммуникации и социального взаимодействия;
- способность к организации своей жизни в соответствии с представлениями о здоровом образе жизни;
- способность ориентироваться в окружающем мире, выбирать цель.

Примерные планируемые результаты.

Первый уровень результатов

приобретение социальных знаний о:

- ПДД,
- правилах личной гигиены,
- правилах безопасного поведения в лесу,
- правилах поведения за столом,
- правилах поведения в общественном транспорте,
- мерах предосторожности на водоёме,
- правилах пожарной безопасности,
- правилах безопасного обращения с приборами,
- поведении с незнакомыми людьми.

Второй уровень результатов

опыт переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества

- соблюдение здорового образа жизни,
- соблюдение правил поведения в природе,
- ориентирование в природе,
- умение вызывать экстренные службы.

Третий уровень результатов

получение опыта самостоятельного общественного действия:

- подкормка зимующих птиц,
- добрые дела для родных и сверстников,
- говорить правду,
- узнавание ядовитых растений.

Содержание программы.

1. ПДД

Наиболее безопасный путь в школу и домой. Правила поведения в общественном транспорте. Посадка и высадка пассажиров. Правила перехода через дорогу. Пешеходный переход. Движение пешеходов.

2. Безопасность дома

Безопасное поведение дома. Возможные опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома. Их профилактика. Как вести себя, когда ты дома один. Не торопись быть взрослым. Значение огня в жизни человека. Понятие – пожар. Причины пожара. Опасные факторы пожара: дым, высокая температура, открытый огонь, обрушение. Детская шалость с огнем и ее последствия. Порядок действий при возникновении пожара. Правила и способы эвакуации. Порядок вызова пожарных, спасателей. Электричество как источники возможной

опасности. Соблюдение мер безопасности при пользовании электрическими приборами в быту.

3. *Взаимоотношения людей*

Спешите делать добро. Правда и ложь. Я дарю и принимаю подарки. Правила поведения за столом.

4. *Поведение в природе*

В гостях у лешего – опасные животные и насекомые. Первая помощь при укусах. Безопасное поведение на реке зимой. Меры предосторожности при движении по льду водоемов. Если ты провалился под лед.

5. *Основы здорового образа жизни*

Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни». Режим дня школьника, необходимые условия, обеспечивающие сохранение и укрепление его здоровья. Основы личной гигиены. Умывание и купание. Как ухаживать за своим телом. Глаза – главные помощники человека. Зубы. Уход за полостью рта. Правила чистки зубов. Уши. Как сохранить слух. Уход за ушами. Кожные покровы тела. Ногти. Органы дыхания. Что такое вредные привычки. Осанка. Поведение на переменах. Подвижные игры в зале. Зимние забавы детей. Подвижные игры на свежем воздухе.