

**РАССМОТРЕНА**

на заседании ШМО  
учителей начальных  
(основных, коррекционных)  
классов

Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

**ПРИНЯТА**

Педагогическим Советом  
Протокол № 1 от  
30.08.2024 г.



Приказ № 137 от 30.08.2024 г.

Ткачев Е.А.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по внеурочной деятельности**

**Азбука здоровья**


для 8 К класса

на 2024-2025 учебный год

Составитель:  
Учитель класса ОР

 Л.А.Ратнер

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УВР  
 С.В. Мальшакова

Санкт-Петербург  
2024 г.

**РАССМОТРЕНА**

на заседании ШМО  
учителей начальных  
(основных, коррекционных)  
классов

Протокол № 1 от 29.08.2024 г.

**ПРИНЯТА**

Педагогическим Советом  
Протокол № 1 от  
30.08.2024 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор  
\_\_\_\_\_ Ткачев Е.А.  
Приказ № 137 от 30.08.2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по внеурочной деятельности**

**Азбука здоровья**

**для 8 К класса**

**на 2024-2025 учебный год**

Составитель:  
Учитель класса ОР

\_\_\_\_\_ Л.А.Ратнер

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УВР  
\_\_\_\_\_ С.В. Мальшакова

Санкт-Петербург  
2024 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебному предмету «Коррекционно-развивающие занятия «Сказкотерапия» разработанная на основе ФАООП УО Вариант 2

составлена на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации

- Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), далее ФАООП УО (вариант 2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026; - Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности «Азбука здоровья» для 8К 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 2024-2025 учебный год отводится 34 часа. в год, (1 ч. в неделю) в 8 классе с учетом возможности осуществления образовательной деятельности с использованием электронного обучения и дистанционных технологий. Рабочая программа составлена в соответствии с учебным планом ОУ на 2024-2025 учебный год рассчитана на 34 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 7 человек, 5 мальчиков и 2 девочки 2007-2012 года рождения. Шестеро учеников постоянно проживают в условиях социального учреждения (детский дом-интернат). У четверых учеников наблюдаются разнообразные, выраженные нарушения речевого развития (отсутствие вербальной речи, вокализации, эхолалии). 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). Три ученика начали обучение в классе с 01.09.2022. У одного ученика ярко-выраженные признаки поражения опорно-двигательного аппарата (выраженная спастика верхних и нижних конечностей, нарушение координации, нарушение мелкой и крупной моторики\_ ) 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, учениками подгруппы I***

Дают развернутые ответы на вопросы по темам: «уход за одеждой и обувью», «соблюдение гигиены в быту», «режим питания».

### ***Предполагаемые результаты освоения программы, учениками подгруппы II***

Дифференцируют чистую и грязную посуду. Отвечают на вопросы по темам «уход за одеждой и обувью», «режим питания», «правила ухода за посудой» при помощи средств альтернативной коммуникации

### ***Предполагаемые результаты освоения программы, учениками подгруппы III***

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/> (дата обращения: 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> (дата обращения: 11.07.2020)
7. Человек и общество. Программы по социальной адаптации детей с глубоким нарушением интеллекта. Выпуск 2/ СПб «Образование»

**Календарно-тематический план**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	
1	Режим питания. Завтрак	
2	Режим питания. Обед	
3	Режим питания. Полдник	
4	Режим питания. Ужин	
5	Правила приема пищи	
6	Предметы гигиены	
7	Гигиенические процедуры	
8	Правила безопасности на улице	
9	Средства для ухода за посудой	
10	Средства для ухода за обувью	
11	Средства для ухода за одеждой	
12	Номинация средств по уходу за одеждой, обувью и посудой	
13	Правила безопасности при использовании средств по уходу за одеждой, обувью и посудой	
14	Номинация средств по уходу за одеждой, обувью и посудой	
15	Правила безопасности при использовании средств по уходу за одеждой, обувью и посудой	
16	Безопасность на улице зимой	
17	Повторение пройденного	
18	Режим питания. Завтрак	
19	Режим питания. Обед	
20	Режим питания. Полдник	
21	Режим питания. Ужин	
22	Правила приема пищи	
23	Предметы гигиены	

24	Гигиенические процедуры	
25	Правила безопасности на улице весной	
26	Средства для ухода за посудой	
27	Средства для ухода за обувью	
28	Средства для ухода за одеждой	
29	Номинация средств по уходу за одеждой, обувью и посудой	
30	Правила безопасности при использовании средств по уходу за одеждой, обувью и посудой	
31	Номинация средств по уходу за одеждой, обувью и посудой	
32	Правила безопасности при использовании средств по уходу за одеждой, обувью и посудой	
33	Безопасность на улице летом	
34	Повторение пройденного	



**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