

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 627
Невского района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТА

решением педагогического совета
ГБОУ школы № 627
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 31.08.2020 № 1
с учетом мнения методического объединения
протокол от 26.08.2020 № 1

УТВЕРЖДЕНА

Директор ГБОУ школы №627
Невского района Санкт-Петербурга
Кочетова А.П.
Приказ от 31.08.2020 № 222



ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Двигательной активности «Школа доктора Здоровье»

Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата и задержкой психического развития (вариант 6.2) в соответствии с ФГОС обучающихся с ОВЗ.

КЛАСС 1 ПА

Срок реализации рабочей программы: 2020-2021 учебный год

Количество часов в год 33 ; в неделю 1

Составитель программы:
Рылева В.И.
учитель АФК

2020 год

Санкт-Петербург

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности обучающихся с НОДА вариант 6.2

«Школа доктора Здоровье»

Поступление ребёнка в школу – первая большая и серьёзная ступень в его жизни. От периода раннего детства – поры беспечных игр и достаточно большой свободы – дети переходят к новому напряжённому учебному труду, новому режиму, иному ритму жизни.

В процессе обучения в соответствии с идеями здоровьесберегающих образовательных технологий ставится задача сформировать у младших школьников необходимые знания, умения и навыки здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

У большинства детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата имеются тяжелые нарушения опорно-двигательных функций, значительно ограничивающие возможности самостоятельной деятельности обучающихся. Поэтому, работа по поддержанию и развитию способности к движению и функциональному использованию двигательных навыков, так же является целью данного курса.

Обучающиеся с нарушениями опорно-двигательного аппарата и задержкой психического развития отличаются не только замедленным темпом психомоторного развития, но и явными нарушениями физического статуса. Степень тяжести этих нарушений усугубляется общим недоразвитием двигательного опыта, бедной организацией произвольных движений, скованностью и напряженностью мышечного тонуса.

Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной и полноценной жизнью? Как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения учащихся?

Спортивно-оздоровительное направление внеурочной деятельности и двигательная активность коррекционно-развивающей области реализуется в рамках кружка «Школа здоровья», который включает в себя развитие личности ребёнка, формирование физически здорового человека, формирование мотивации к сохранению и укреплению здоровья.

Актуальность программы «Школа доктора Здоровье» заключается в обучении младших школьников бережному отношению к своему здоровью. Предлагаемый курс занятий нацелен на формирование у обучающихся ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков учащихся по гигиенической культуре.

Программа предполагает расширение сведений о физическом, психологическом и социальном здоровье человека. Полученные учащимися знания в этой области позволят укрепить их здоровье, предупредить развитие вредных привычек. Предлагаемый курс носит обучающий, развивающий и социальный характер.

Нормативная база разработки программы внеурочной деятельности спортивно - оздоровительного направления коррекционно-развивающей области «Школа доктора Здоровье»

1. Инструктивно-методическое письмо «О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность, образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий» Комитета по образованию Санкт-Петербурга №03-28-2616/20-0-0 от 16.03.2020
2. Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата и задержкой психического развития (вариант 6.2) (в соответствии с ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ)

3. Учебный план ГБОУ школы № 627 на 2020-2021 учебный год
4. Положение о рабочей программе ГБОУ школы № 627 Невского района Санкт-Петербурга

Цель программы: обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом; обеспечить коррекцию индивидуальных двигательных нарушений в зависимости от тяжести поражения ОДА; развивать мелкую моторику и корректировать ее нарушения; развивать двигательную активность.

Задачи:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у детей 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;
- развитие и закрепление жизненно-важных навыков, необходимых для использования в повседневной жизни;
- развитие моторной ловкости;
- формирование ориентировки в пространстве;
- улучшение качества имеющихся движений, предупреждение их нарушений.

В основу формирования АООП начального общего образования обучающихся с НОДА и ЗПР положены следующие принципы:

- принцип учета типологических и индивидуальных образовательных потребностей обучающихся;
- принцип коррекционной направленности воспитательного процесса;
- принцип развивающей направленности воспитательного процесса, ориентирующий его на развитие личности обучающегося и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых потребностей;
- онтогенетический принцип;
- принцип сотрудничества с семьей;
- принцип учёта эмоционально-положительного отношения учащегося к деятельности;
- принцип последовательности освоения программы курса: от простого - к сложному;
- принцип научности; в основе которых содержится анализ статистических медицинских исследований по состоянию здоровья школьников;
- принцип доступности; которых определяет содержание курса в соответствии с возрастными особенностями и физическими возможностями младших школьников;
- принцип системности; определяющий взаимосвязь и целостность содержания, форм и принципов предлагаемого курса.

Общая характеристика программы

Спортивно-оздоровительное направление внеурочной деятельности и двигательная активность коррекционно-развивающей области реализуется в рамках кружка «Школа здоровья», который включает в себя развитие личности ребёнка, формирование физически здорового человека, формирование мотивации к сохранению и укреплению здоровья.

Содержание программы «Школа доктора Здоровье» направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

Изучение программного материала начинается с 1 подготовительного класса на доступном младшим школьникам уровне, преимущественно в виде учебных игр и в процессе практической деятельности. Кроме того, каждый отдельный раздел курса включает в себя дополнительные виды деятельности:

- чтение стихов, сказок, рассказов;
- постановка драматических сценок, спектаклей;
- прослушивание песен и стихов;
- разучивание и исполнение песен;
- организация подвижных игр;
- проведение опытов;
- выполнение физических упражнений, упражнений на релаксацию, концентрацию внимания, развитие воображения;

Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности.

Целенаправленное двигательное развитие в рамках курса происходит на специально организованных занятиях, проводимых учителями адаптивной физкультуры. Двигательная активность – метод, позволяющий наверстать когда-то упущенное в двигательном развитии, разрушить неправильно сложившиеся двигательные стереотипы.

При разработке программы учитывался контингент обучающихся: дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата в сочетании с умственной отсталостью, имеющие речевые нарушения и нарушения сенсорной сферы. Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, предполагающих включение различных анализаторов в процесс двигательной активности, смену видов деятельности, исходя из индивидуальных психофизиологических особенностей и уровня работоспособности обучающихся.

Коррекционно-образовательная работа с детьми проводится в соответствии с уровнем развития. Текущий контроль динамики развития детей проводится учителем АФК.

Адресатом программы являются обучающиеся, для которых формирование и поддержание двигательной активности является актуальной в плане формирования жизненных компетенций, обеспечения безопасности, сохранения имеющихся двигательных функций. В зависимости от специфики моторных, психофизиологических нарушений обучающихся класса, учитель формирует индивидуально ориентированные комплексы упражнений, утвержденные врачом-неврологом, курирующим образовательное учреждение.

Место внеурочной деятельности в учебном плане

Программа «Школа доктора Здоровье» реализуется в общеобразовательном учреждении во внеурочное время. Данный учебный курс может реализован с помощью электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Наполняемость групп определяется в соответствии с уставом учреждения, санитарно-гигиеническими требованиями к данному виду деятельности.

Срок реализации программы – 5 лет. Занятия по программе «Школа доктора Здоровье» проводит учитель АФК совместно с воспитателем в форме фронтальных занятий человек 1 раз в неделю, в 1¹ классе - 33 часа в год, в 1-4 классах – 34 часа в год. Ориентировочная продолжительность занятия 30-40 минут. Учебный материал носит вариативный характер и подбирается педагогом самостоятельно в зависимости от уровня развития каждого ребенка.

Название коррекционного курса	Количество часов					
	1 ¹	1	2	3	4	Всего
Школа доктора Здоровье	33	34	34	34	34	169

Ценностные ориентиры содержания курса:

- формирование индивидуально-личностных качеств воспитанников, овладение жизненной и социальной компетенцией на основе развития адекватных представлений о собственных возможностях и ограничениях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- развитие самостоятельности, инициативы и ответственности;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- дифференциация и осмысление адекватно возрасту своего социального окружения, принятых ценностей и социальных ролей;
- формирование способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);
- развитие интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;
- развитие художественного образования детей;
- формирование эстетического вкуса; нравственное воспитание;
- развитием коммуникативных качеств личности; (обучением вербальным и невербальным видам общения);
- воспитанием воли, развитием памяти, воображения, инициативности, фантазии, речи
- создание положительного эмоционального настроения, снятием напряженности, решением конфликтных ситуации через игру.

Результаты освоения программы «Школа доктора Здоровье»

- Приобретение большей самостоятельности а процессе двигательной активности.
- Приобретение чувства безопасности при различных вариантах перемещения, смены поз и положений.
- Выработка навыков безопасного перемещения.
- Формирование жизненно важных навыков самообслуживания.
- Приобретение социально значимых и жизненно важных движений.
- Повышение качества мелких моторных навыков.
- Увеличение целенаправленности и точности движений рук.
- Улучшение координации движений.

Личностные результаты:

- Определять и высказывать под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников

группы и педагога, как поступить.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий.
- Учиться работать по предложенному учителем плану.
- Учиться отличать верно выполненное задание от неверного.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

Познавательные УУД:

- Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя книги, свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

Коммуникативные УУД:

- Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Читать и пересказывать текст.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Содержание программы «Школа доктора Здоровье»

Программа состоит из следующих разделов: «Правила здоровья», «Вопросы гигиены», «Зачем человеку кожа», «Правила безопасности», «Здоровые глаза», «Здоровые уши», «Здоровые зубы», «Сон-лучшее лекарство», «Осанка», «Обеспечение безопасности при перемещении, смены позы», «Обучение перемещению, переходу из одной позы в другую» (в том числе с помощью технических средств реабилитации), «Обучение движениям, необходимым при самообслуживании» (одевание-раздевание, работа с различными застежками, шнуровками, замками), «Обучение двигательным навыкам», «Развитие физических способностей», «Функция руки», «Подвижные игры».

Тематическое планирование

Раздел	Кол-во часов
Правила здоровья	3
Вопросы гигиены	2
Зачем человеку кожа	2
Правила безопасности	1
Здоровые глаза	2
Здоровые уши	3
Здоровые зубы	2
Сон-лучшее лекарство	1
Осанка	1
Обеспечение безопасности при перемещении, смены позы	1

Обучение перемещению, переходу из одной позы в другую	1
Обучение движениям, необходимым при самообслуживании	2
Обучение двигательным навыкам	3
Развитие физических способностей	4
Функция руки	2
Подвижные игры	4

Материально-техническое обеспечение

Для осуществления образовательного процесса по Программе «Школа доктора Здоровье» необходимы следующие принадлежности:

- спортивный инвентарь;
- подборка видеофрагментов;
- подборка печатных изданий и материалов СМИ, Интернет.
- Google-Класс, YouTube, социальные сети