

**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 № 1



**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

«СЕКЦИЯ «ШКОЛА ДОКТОРА ЗДОРОВЬЕ»

**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)

КЛАСС 4 А

Срок реализации рабочей программы: 2020-2021 учебный год

Количество часов в год 34 в неделю 1

Чернявский О.А. учитель АФК высшая категория

2020 год
Санкт-Петербург

Пояснительная записка

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.

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.

Нормативно-правовое обеспечение рабочей программы внеурочной деятельности

1. Письмо Минпросвещения России от 07.05.2020 № ВБ-976/04 “Рекомендации по организации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий”
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 курса внеурочной деятельности 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.

Общая характеристика курса

Курс внеурочной деятельности секция «Школа доктора Здоровья» включает в себя развитие личности ребёнка, формирование физически здорового человека, формирование мотивации к сохранению и укреплению здоровья.

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

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 и задержкой психического развития. 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.

Место курса в учебном плане.

В соответствии с учебным планом ГБОУ школы № 627 Невского района Санкт-Петербурга на изучение курса секция «Школа доктора Здоровье» в 4 классе отводится 1 час в неделю, 34 часа в год. Данный курс внеурочной деятельности может быть реализован с помощью электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности.

Предметные результаты:

- Приобретение большей самостоятельности в 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 речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Содержание курса.

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	Планируемые результаты
Правила здоровья	3	Знать и понимать правила здорового образа жизни
Вопросы гигиены	2	Знать и понимать правила личной гигиены
Зачем человеку кожа	2	Знать правила оказания первой помощи при травмах
Правила безопасности	1	Знать правила безопасности

Здоровые глаза	2	Уметь выполнять гимнастику для глаз
Здоровые уши	1	Уметь распознавать звуки
Здоровые зубы	1	Знать правила гигиены зубов
Сон-лучшее лекарство	1	Соблюдать режим дня
Осанка	4	Знать и уметь выполнять упражнения для развития правильной осанки
Обеспечение безопасности при перемещении, смены позы	1	Выработка навыков безопасного перемещения.
Обучение перемещению, переходу из одной позы в другую	1	Приобретение чувства безопасности при различных вариантах перемещения, смены поз и положений.
Обучение движениям, необходимым при самообслуживании	2	Формирование жизненно важных навыков самообслуживания.
Обучение двигательным навыкам	3	Приобретение большей самостоятельности а процесс двигательной активности.
Развитие физических способностей	4	Знать и выполнять упражнения для развития физических способностей
Функция руки	2	Повышение качества мелких моторных навыков.
Подвижные игры	4	Уметь играть в подвижные игры

Материально-техническое обеспечение

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

- спортивный инвентарь;
- подборка видеофрагментов;
- подборка печатных изданий и материалов СМИ, Интернет.
- информационные ресурсы: социальные сети «в Контакте», WHatsApp, сервис Google-Класс.