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

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

коррекционно-развивающая область
«Школа доктора Здоровье» (двигательная активность)

Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования
умственно отсталых обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата
(вариант 6.3)
в соответствии с ФГОС обучающихся с ОВЗ

КЛАСС 2 В

Срок реализации рабочей программы: 2020-2021 учебный год

Количество часов в год 34 ; в неделю 1

Составитель программы:
Гатило В.В.
учитель АФК

2020 год

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности обучающихся с НОДА вариант 6.3

«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.
Обучающиеся по АООП НОО НОДА (вариант 6.3) испытывают в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленные недостаточным физическим развитием, познавательными способностями (отмечаются нарушения внимания, памяти, в том числе, и двигательной, восприятия и других процессов, умственной работоспособности), замедленным темпом либо неравномерным становлением познавательной деятельности, трудностями самопроизвольной саморегуляции и самоконтроля, нарушениями в организации и целенаправленности деятельности или поведения, специфическими расстройствами психологического развития (школьных навыков, речи и др.) Достаточно часто у обучающихся отмечаются нарушения речевой и общей моторики, зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоциональной сферы. Обучаемость удовлетворительная, но часто избирательная и неустойчивая, зависящая от уровня сложности и субъективной привлекательности вида деятельности, а так же от актуального эмоционального состояния.
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.

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 знаний в этой области позволит укрепить их здоровье, предупредить развитие вредных привычек. Предлагаемый курс носит обучающий, развивающий и социальный характер.

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

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 образовательная программа начального общего образования умственно отсталых обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (вариант 6.3), (в соответствии с ФГОС обучающихся с ОВЗ);
3. Учебный план ГБОУ школы №627 на 2020-2021 учебный год;
4. Положение о рабочей программе ГБОУ школы №627.

Программа представляет собой локальный акт образовательного учреждения, разработанный на основе АООП школы № 627 Невского района СПб.

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 УО 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 развитее 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 процессе 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 поддерживание 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.

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» и «Двигательная активность» проводит учитель АФК совместно с воспитателем в форме фронтальных занятий **5** человек 1 раз в неделю, 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.

Данный учебный курс может быть реализован с помощью электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Название коррекционного курса	**Количество часов**					
	1[1]	**1**	**2**	**3**	**4**	**Всего**
Двигательная активность	33	33	34	34	34	168
Школа доктора Здоровье	33	33	34	34	34	168

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 настроя, снятием напряженности, решением конфликтных ситуации через игру.

Планируемые результаты освоения у обучающихся с НОДА и УО программы «Школа доктора Здоровье»:

- выполнять санитарно-гигиенические требования: соблюдать личную гигиену и осуществлять гигиенические процедуры в течение дня;
- осуществлять активную оздоровительную деятельность;
- формировать своё здоровье.

Предметные результаты:

Формирование знаний о:

- факторах, влияющих на здоровье человека;
- причинах некоторых заболеваний;
- причинах возникновения травм и правила оказания первой помощи;
- видах закаливания (пребывание на свежем воздухе, обливание, обтирание, солнечные ванны) и правилах закаливания организма;
- влиянии закаливания на физическое состояние и укрепление здоровья человека;

- пользе физических упражнений для гармоничного развития человека;
- основных формах физических занятий и виды физических упражнений.

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	**2**
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	**3**
Итого	**34**

Материально-техническое обеспечение:

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

- спортивный инвентарь и оборудование: гимнастические маты и коврики, скамейки, шведская стенка, брусья для ходьбы, мягкие модули, мячи разных размеров, палки, обручи, корзины, верёвки, фитболы и т.д.;
- подборка видеофрагментов, аудиоаппаратура;
- подборка печатных изданий и материалов СМИ, Интернет.
- Google-Класс, социальные сети.