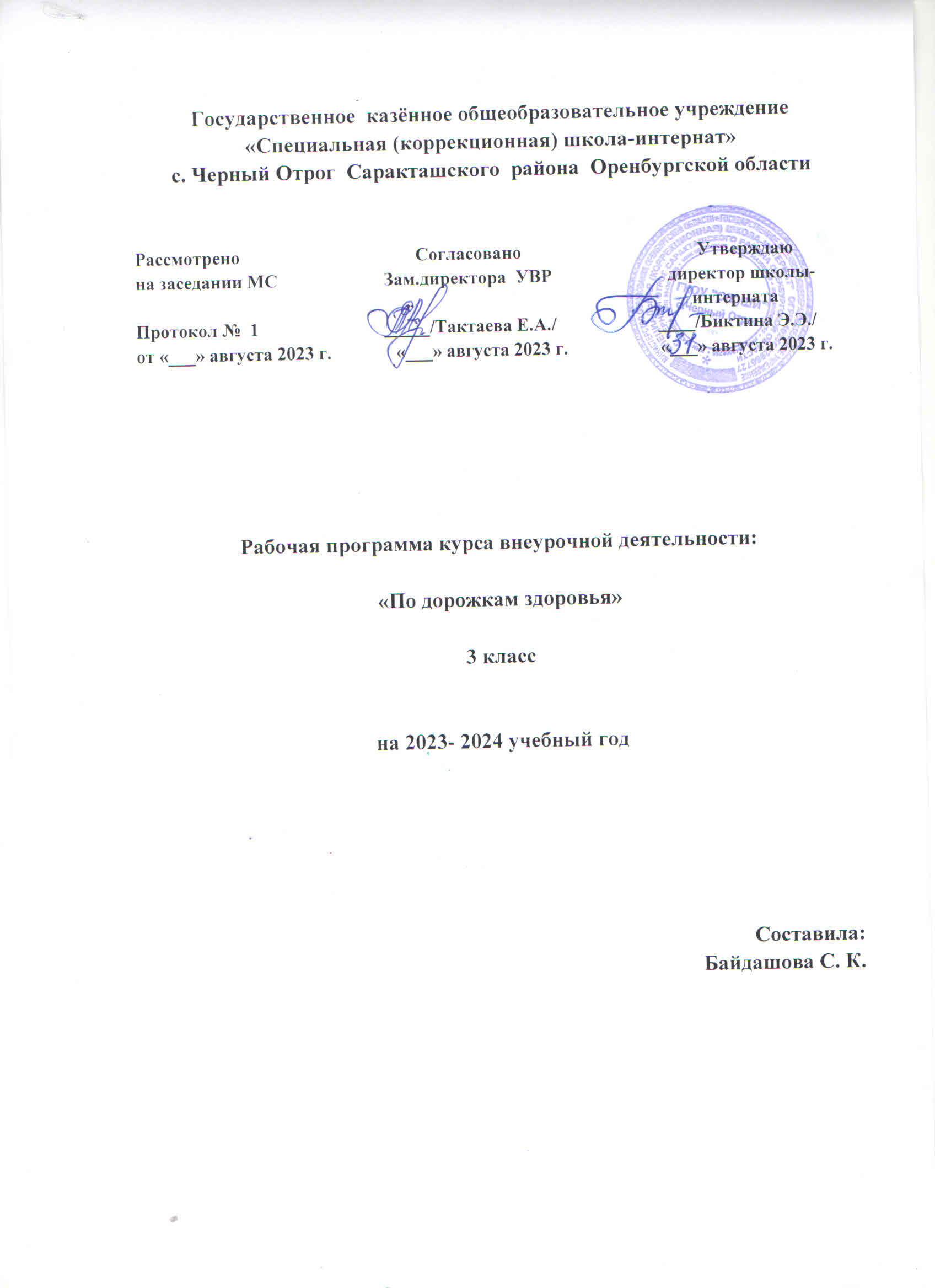
****

**Государственное казённое общеобразовательное учреждение**

**«Специальная (коррекционная) школа-интернат»**

**с. Черный Отрог Саракташского района Оренбургской области**

**Рассмотрено Согласовано Утверждаю**

**на заседании МС Зам.директора УВР директор школы-**

**интерната**

**Протокол № 1 \_\_\_\_\_/Тактаева Е.А./ \_\_\_\_/Биктина Э.Э./**

**от «\_\_\_» августа 2023 г. «\_\_\_» августа 2023 г. «\_\_\_» августа 2023 г.**

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности:**

**«По дорожкам здоровья»**

**3 класс**

**на 2023- 2024 учебный год**

**Составила:**

**Байдашова С. К.**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599 “Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)”, приказом Минпросвещения России от 24.11.2022 N 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), "Федерального Государственного Образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Актуальность разработки программы комплексной реабилитации и абилитации воспитанников с умственной отсталостью в условиях коррекционной школы-интерната обусловлена необходимостью реализации гарантированного права каждого ребенка с ОВЗ и инвалидностью на получение комплекса реабилитационно- абилитационных услуг. Важными факторами, определяющими успешность социализации детей с ОВЗ и инвалидов, является комплексность, цикличность и непрерывность абилитационных мероприятий.

1. **Цель и задачи Программы**

Цель программы: способствовать развитию двигательных и коммуникативных способностей, моторной координации и социальной адаптации.

Задачи:

- укреплять здоровье, развивать двигательную активность;

- формировать культурно-гигиенические навыки самообслуживания воспитывать трудолюбие,

- способствовать преодоление поведенческих и эмоциональных нарушений.

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА**

Содержание программы ориентированно будет способствовать коррекции недостатков физического развития, двигательной подготовленности, мобильность, формированию личностных качеств, навыков социального общения.

**Реализация программы позволит:**

создать условия для развития у учащихся понимания собственной идентичности, способствовать развитию когнитивных, коммуникативных и двигательных способностей, моторной координации, преодолению поведенческих и эмоциональных нарушений, переживаний собственного дефекта. Занятия будут способствовать формированию чувства взаимопомощи, милосердия, ответственности, способности к социальному взаимодействию.

Длительность реализации программы зависит от индивидуальных особенностей личности инвалида. Комплекс методических приемов по реализации программы включает показ, разъяснение, беседу, сюжетно-ролевые и динамичные игры, экскурсии, При необходимости можно использовать другие приемы.

**Место курса внеурочной деятельности « Реабилитации и абилитации»**

Программа рассчитана – на 34 часа в 3 классе ( 1 час в неделю)

**ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

**Личностные результаты:**

Прививать интерес к обучению.

Развивать речь, формировать правильную артикуляцию и дикцию, слуховое восприятие и речевой слух.

Формировать у детей общеречевые навыки развивать слуховое и зрительное восприятие,

совершенствовать произношение и пространственную ориентировку, а также развивать мелкие мышцы рук.

Развивать зрительное восприятие.

Коммуникативные результаты:

Выполнять упражнения по предложенному учителем образцу, по памяти, по словесной инструкции.

Научить слушать и понимать собеседника, выполнять несложные инструкции, отвечать на вопросы.

**Предметные результаты:**

Улучшить физическое и психическое здоровье учащегося.

Развивать его познавательную сферу, положительную динамику в развитии эмоционально-волевой сферы учащегося.

Развивать положительные качества личности - самоконтроль и саморегуляцию.

Повысить уровень теоретической и практической подготовки обучающегося в соответствии с учебной программой.

**Содержание курса:**

**Календарно-тематическое планирование внеурочной деятельности:**

**« По дорожкам здоровья»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | **Содержание** | **Кол- во часов** | **Дата** |
| 1. | Режим дня школьника. | 1 | 06.09 |
| 2. | Комплекс утренней гимнастики. | 1 | 13.09 |
| 3. | Рост и вес – главные показатели физического развития. | 1 | 20.09 |
| 4. | Игры на свежем воздухе. | 1 | 27.09 |
| 5. | Осанка – стройная спина! | 1 | 04.10 |
| 6. | Игры «Лягушки на болоте», «Непослушные гусята». | 1 | 11.10 |
| 7. | Глаза – главные помощники человека. | 1 | 18.10 |
| 8 | Лазанье по лестнице и гимнастической стенке. | 1 | 25.10 |
| 9. | Правила предупреждения простудных заболеваний. | 1 | 08.11 |
| 10. | Игры – эстафеты. | 1 | 15.11 |
| 11. | Комплексы физкультурных минуток, сидя за партой. | 1 | 22.11 |
| 12. | Игры- эстафеты. | 1 | 29.11 |
| 13. | Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. | 1 | 06.12 |
| 14. | Зимние забавы. | 1 | 13.12 |
| 15. | Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. | 1 | 20.12 |
| 16. | Игры с метанием, передачей и ловлей мяча. | 1 | 27.12 |
| 17. | Здоровье в порядке, спасибо зарядке. | 1 | 10.01 |
| 18. | Правильное питание - залог здоровья. | 1 | 17.01 |
| 19. | Зимние игры на снеговой площадке. | 1 | 24.01 |
| 20. | Правильное питание - залог здоровья. | 1 | 31.01 |
| 21. | Зимние игры на снеговой площадке. | 1 | 07.02 |
| 22. | Сон – лучшее лекарство. | 1 | 14.02 |
| 23. | Основные правила закаливания (закаливание воздухом, солнцем и водой). | 1 | 21.02 |
| 24. | Подвижные игры. | 1 | 28.02 |
| 25. | Основные правила закаливания (закаливание воздухом, солнцем и водой). | 1 | 06.03 |
| 26. | Игры с метанием и ловлей. | 1 | 13.03 |
| 27. | Ослепительная улыбка. | 1 | 20.03 |
| 28. | Игры эстафеты. | 1 | 03.04 |
| 29. | Моё здоровье – в моих руках. | 1 | 10.04 |
| 30. | Известные олимпийские чемпионы. | 1 | 17.04 |
| 31-32 | Спортивные игры. | 1 | 24.04, 08.05 |
| 33. | Промежуточная аттестация. Собеседование. | 1 | 15.05 |
| 34. | Спортивная эстафета. | 1 | 22.05 |
| 35. | Инструктаж по технике безопасности в период летних каникул. | 1 | 29.05 |

**Приложение № 1 Промежуточная аттестация. Собеседование.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | | **Диагностическая карта** | | | | | | Ф.И. | | | | | | | | | | |  |
|  |  | | | | | |  | |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. | | Знание правил режима дня школьника | | | |  | | |  |  | |  |  |  |  |  |  |  |
| 2. | | | Знание комплекса утренней гимнастики. | | |  | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 3. | | | Знание правил ухода за предметами личной гигиены | | |  | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 4. | | | | Знание правил ухода за кожей лица и волосами | |  | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 5. | | | | Знание правил ухода за кожей рук, ног и ногтей |  | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 6. | | | | Знание требований к осанке при ходьбе, и сидя. |  | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 7. | | | | Знание санитарно-гигиенических требований |  | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 8. | | | | Знания, из каких продуктов в организм человека поступает больше всего витаминов? |  | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 9. | | | | Знания правил предупреждения простудных заболеваний. |  | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 10. | | | | Знания правил здорового питания. |  | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 11. | | | | Знания о вредных привычках и их влиянии на здоровье человека |  | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 12. | | | | Знания правил ухода за зубами. |  | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 13 | | | | Правила ухода за предметами личной гигиены. |  | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 14. | | | | Знания правил поведения за столом. |  | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |
| 15. | | | | Знания об основных правилах закаливания (закаливание воздухом, солнцем и водой). |  | | | |  |  |  | |  |  |  |  |  |  |

**Условные обозначения:**

**(3 балла – за каждый правильный ответ)**

10-15 баллов – низкий уровень (уровень знаний не сформирован. Необходима максимальная помощь педагога. Действия выполняются сопряженно с педагогом. Самостоятельные действия хаотичны.)

16-39 баллов – средний уровень (уровень знаний сформированы частично. Самостоятельно, с незначительной помощью взрослых, выполняет элементарные трудовые операции.)

40-45 балов – высокий уровень (уровень знаний сформирован. Самостоятельно владеет трудовыми навыками по самообслуживанию. Оказывает помощь окружающим)

**Список литературы:**

1.Авдейчук Н. А. О формах и методах коррекционно-развивающей работы /Н.А. Авдейчук //Коррекционно-развивающее образование.2008. № 2. с.42-43

2.Бгажнокова И.М. Об изучении, воспитании и обучении детей тяжёлыми формами физического и психического недоразвития /И.М. Бгажнокова //Специальная психология. 2007.  № 1. с. 16-22.

3.Забрамная С.Д. Изучаем обучая. Методические рекомендации по изучению детей с тяжёлой и умеренной умственной отсталостью /С.Д. Забрамная, Т.Н. Исаева. М.: В. Секачёв, ТЦ «Сфера», 2007. 64 с., 32 ил.

4.Забрамная С.Д. Некоторые психолого-педагогические показатели разграничения степеней умственной отсталости у детей на начальном этапе школьного обучения /С.Д. Забрамная, Т.Н. Исаева //Коррекционная педагогика: теория и практика. 2008. № 1. С. 5-13.

5.Закрепина А.В. Разработка индивидуальной программы коррекционно-развивающего обучения и воспитания детей дошкольного возраста с отклонениями в развитии /А.В. Закрепина, М.В. Браткова //Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. 2008 № 2. С. 9-19.

6.Исаев Д.Н. Умственная отсталость у детей и подростков. Руководство /Д.Н. Исаев. СПб.: ООО Издательство «Речь», 2007. 391 с.

7.Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный, 1- 4 классы. / Под ред. И.М. Бгажноковой. – М. Просвещение, 2008.