

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ЗДОРОВЬЕ И СПОРТ»

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Здоровье и спорт» ГБОУ школы №34 Невского района Санкт-Петербурга составлена на основе:

- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
- Приказ №1599 от 19 декабря 2014 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (Приказ МОиН №1599 от 14 декабря 2014 г., зарегистрирован Минюст № 35850 от 03.02.2015).
- Письмо Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 12.07.2017 № 03-28-3920/17-0-0 «О направлении методических рекомендаций «Организация и проведение коррекционно-развивающих занятий и внеурочной деятельности при реализации образования детей с ограниченными возможностями здоровья»».
- Распоряжение Комитета по образованию от 02.04.2020 № 898-р «Об утверждении методических рекомендаций об особенностях реализации образовательных программ начального общего образования с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»
- Концепция образования детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательном пространстве Санкт-Петербурга № 1263-р от 05.05.2012.

Цель: сохранение и укрепление здоровья воспитанников в процессе воспитательной деятельности.

Задачи программы:

1. Формирование приёмов сохранения и укрепления собственного здоровья; Обеспечение (в соответствии с картами здоровья) двигательной активности младших школьников во внеурочное время;
2. Формирование элементарных гигиенических умений, навыков и полезных привычек;
3. Формирование навыков безопасного поведения дома, в школе, в природе;

Реализация данной программы рассчитана на обучающихся 3 класса; занятия 1 раз в неделю. Количество часов в год-34 ч. Длительность занятия-40 минут.

Содержание курса внеурочной деятельности в 3 классе:

Раздел «Наша школа»: личная гигиена, значение утренней гимнастики для организма.

Раздел «Здоровое питание»: правила питания, культура поведения во время приема пищи, кулинарными традициями современности и прошлого.

Раздел «Бережём здоровье»: профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата.

Раздел «Я в школе и дома»: «правила поведения в образовательном учреждении, гигиеной одежды, правилами хорошего тона».

Раздел «Спорт - чтоб забыть про докторов»: обучающиеся познакомятся с основами закаливания организма.

Раздел «Я и мое ближайшее окружение»: развитие познавательных процессов детей.

Раздел «Вы порадуйтесь за нас – перешли в другой мы класс»: опасности летнего периода, подведение итогов работы за год.

Ведущие формы занятий: просмотр презентаций и видеофильмов; занятия – игры. Диалоги, игры по станциям, викторины. Контроль умений и навыков проводится в конце каждой темы. Даны вопросы и задания в виде тестов. В конце курса проводится итоговое занятие. Данная программа может реализовываться с использованием дистанционных образовательных онлайн-платформ:

<https://resh.edu.ru/> -Российская электронная школа

<https://www.lektorium.tv/> -онлайн-курсы

<https://www.yaklass.ru/> - Я Класс

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 34
Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Решением Педагогического Совета
ГБОУ школы №34
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от «10» 06 2020г. № 5



УТВЕРЖДЕНО
Приказом от «11» 06 2020г. № 110
Директор ГБОУ школы № 34
Невского района Санкт-Петербурга
Т.А. Сергеева

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО КУРСУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ЗДОРОВЬЕ И СПОРТ»**
для обучающихся 3 В класса
на 2020-2021 учебный год

Автор:
Юрочкина Ольга Анатольевна,
учитель (ВНД)

Санкт-Петербург
2020-2021 учебный год

Пояснительная записка.

Рабочая Программа курса «Здоровье и спорт» реализует спортивно-оздоровительное направление программы внеурочной деятельности и осуществляет воспитание обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)(вариант1) в духе сохранения и укрепления здоровья. Укрепление здоровья нации и особенно подрастающего поколения - одно из приоритетных направлений деятельности государства и современного образования. Обучение здоровью должно быть направлено на то, чтобы научить детей ответственно относиться к своему здоровью. Это, значит, анализировать и уточнять свои убеждения, установки и ценности, развивать личные навыки и навыки межличностного общения, а также расширять свои знания и понимание целого ряда вопросов, связанных со здоровьем. Единственный результат обучения здоровью – это «принятие на себя ответственности за свое здоровье».

Настоящая рабочая программа разработана на основе Программы курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт» (автор: Михайленко Е.В., воспитатель ГПД) и в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант1) ГБОУ школы №34 Невского района Санкт-Петербурга (утверждена Педагогическим Советом «16» июня 2017 года, протокол № 6).
2. Конституция Российской Федерации от 12.12.1993.
3. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
4. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» (утверждена Президентом Российской Федерации Д. Медведевым 04.02.2010, Приказ №-271).
5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.04. 2008 № АФ-150/06 «О создании условий для получения образования детьми с ограниченными возможностями здоровья и детьми-инвалидами».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 №38528).
7. Приказ №1599 от 19 декабря 2014 г. «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (Приказ МОиН №1599 от 14 декабря 2014 г., зарегистрирован Минюст № 35850 от 03.02.2015).
8. Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2013 г. № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (зарегистрировано в Минюсте РФ № 30067 от 1 октября 2013).
9. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
10. Закон Санкт-Петербурга от 17 июля 2013 года № 461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге».
11. Распоряжение Комитета по образованию от 16.04.2020 № 988-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2020/2021 учебном году».

12. Инструктивно-методическое письмо Комитета по образованию от 20.05.2020 № 03-28-4174/20-0-0 «О формировании учебных планов образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих адаптированные основные общеобразовательные программы, на 2020/2021 учебный год»

13. Письмо Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 12.07.2017 № 03-28-3920/17-0-0 «О направлении методических рекомендаций «Организация и проведение коррекционно-развивающих занятий и внеурочной деятельности при реализации образования детей с ограниченными возможностями здоровья»».

14. Инструктивно-методическое письмо Комитета по образованию от 16.03.2020 № 03-28-2516/20-0-0 «О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность, образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий».

15. Распоряжение Комитета по образованию от 02.04.2020 № 898-р «Об утверждении методических рекомендаций об особенностях реализации образовательных программ начального общего образования с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»

16. Концепция образования детей с ограниченными возможностями здоровья в образовательном пространстве Санкт-Петербурга № 1263-р от 05.05.2012.

Цель курса: сохранение и укрепление здоровья воспитанников в процессе воспитательной деятельности.

Задачи:

- учить первоначальным способам и приёмам сохранения и укрепления собственного здоровья;
- обеспечить (в соответствии с картами здоровья) двигательную активность младших школьников во внеурочное время;
- формировать элементарные гигиенические умения, навыки и полезные привычки;
- формировать навыки безопасного поведения дома, в школе, в природе;

Курс помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

Основными принципами организации внеурочной деятельности данной программы являются:

- Принцип учёта возрастных особенностей, обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- Принцип сочетания индивидуальных и коллективных форм работы с обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
- Принцип доступности и наглядности воспитания

Общая характеристика курса.

Курс внеурочной деятельности «Здоровье и спорт» предполагает формирование обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) первоначальных представлений о культуре здорового и безопасного образа жизни.

В процессе реализации курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт» обучающиеся с интеллектуальными нарушениями познакомятся с витаминами и продуктами, с лекарственными и ядовитыми растениями нашего края, и применением лекарственных растений в профилактических целях, с культурой питания и этикета.

Воспитанники получают первоначальные понятия об иммунитете, о закалывающих процедурах, о микробах, вредных привычках и их профилактики, сформируется понятие о личной гигиене и здоровье.

Содержание курса направлено на формирование у обучающихся чувства ответственности за свое здоровье, гигиены школьной одежды, профилактики вредных привычек, культуры эмоций и чувств.

Курс внеурочной деятельности «Здоровье и спорт» способствует усилению оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

При проведении занятий по программе курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт» используются следующие формы работы:

- 1) занятия в классе;
- 2) просмотр презентаций и видеофильмов;
- 3) занятия – игры;
- 4) занятия с использованием спортивного инвентаря и без него.

Для подготовки и проведения занятий используются разнообразные средства, включающие в себя, как использование традиционных форм работы: игры и упражнения на поддержание психоэмоционального фона, занимательные беседы, рассказы, чтение, обсуждение детских книг по теме занятия, так и с использованием современных электронных образовательных ресурсов – презентации в программе PowerPoint, в том числе электронное обучение с использованием дистанционных технологий.

Содержание и используемые формы работы соответствуют возрастным особенностям обучающихся, уровню их интеллектуального развития, а также предусматривают учет психофизиологических особенностей и возможностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант1).

Основные методы и технологии:

- информационно-коммуникативные технологии;
- здоровье-сберегающие технологии;
- технология развивающего обучения;
- технология обучения в сотрудничестве;
- коммуникативная технология.

Выбор технологий и методик обусловлен необходимостью дифференциации и индивидуализации обучения с целью развития личностных качеств, обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Описание места курса в учебном плане.

Настоящая программа составлена в соответствии с учебным планом внеурочной деятельности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант1) ГБОУ школы №34 Невского района Санкт-Петербурга.

Программа курса рассчитана на 1 год обучения в3 классе – 34 часа.

Занятия проводятся 1раз в неделю по 40 минут.

Описание ценностных ориентиров курса.

В основе содержания курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) лежит система базовых национальных ценностей российского общества:

- гражданственность (ответственность за свои поступки, желание соблюдать права, подчиняться правилам и социальным нормам);
- социальная солидарность (ребенок проявляет внимание к окружающим, готов к общению и взаимодействию с взрослыми и сверстниками);
- ценностное отношение к природе (бережное отношение к живым организмам, способность сочувствовать природе и её обитателям);
- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде,

осознание необходимости ее охраны;

Предлагаемый курс внеурочной деятельности нацелен на формирование у ребёнка ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, на расширение знаний и навыков по гигиенической культуре, культуре питания и формирование навыков безопасного поведения в социуме. Внеурочная деятельность увеличивает пространство, в котором школьники могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои лучшие личностные качества.

Личностные результаты освоения курса

Программа курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт» разработана на основе требований к личностным результатам освоения АООП обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) ГБОУ школы № 34 Невского района Санкт-Петербурга.

В результате реализации курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) могут быть достигнуты следующие личностные результаты:

- потребность в занятиях физической культурой и спортом;
- начальный опыт ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
- включение в формирование навыков безопасного поведения дома, в школе, в природе;
- проявление начального интереса к элементарным гигиеническим умениям, навыкам;

Содержание курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт».

Программа курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт» состоит из семи разделов: «Наша школа», «Здоровое питание», «Бережём здоровье», «Спорт - чтоб забыть про докторов», «Я в школе и дома», «Спорт - чтоб забыть про докторов», « Вы порадитесь за нас – перешли в другой мы класс».

Содержание разделов изменяются в соответствии с возрастными этапами процесса воспитания ребенка.

Раздел «Наша школа»: обучающиеся узнают о личной гигиене, значение утренней гимнастики для организма.

Раздел «Здоровое питание»: обучающиеся познакомятся с основами правильного питания, гигиеническими навыками культуры поведения во время приема пищи, кулинарными традициями современности и прошлого.

Раздел «Бережём здоровье»: обучающиеся узнают о влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата.

Раздел «Я в школе и дома»: обучающиеся знакомятся с социально-одобряемыми нормами и правилами поведения в образовательном учреждении, гигиеной одежды, правилами хорошего тона.

Раздел «Спорт - чтоб забыть про докторов»: обучающиеся познакомятся с основами закаливания организма.

Раздел «Я и мое ближайшее окружение»: развитие познавательных процессов детей, познакомятся с понятием «настроение», его определение в школе и дома, узнают о вредных привычках.

Раздел «Вы порадитесь за нас – перешли в другой мы класс»: обучающиеся познакомятся с основами первой доврачебной помощи в летний период, опасности летнего периода, подведение итогов работы за год.

Содержание курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт» способствует усилению оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) освоенных

знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт».

№п/п	Название темы	
		3 класс
1.	Наша школа	4
2.	Здоровое питание	5
3.	Бережём здоровье	7
4.	Я в школе и дома	6
5.	Спорт - чтоб забыть про докторов	4
6.	Я и мое ближайшее окружение.	4
7.	Вы порадуйтесь за нас – перешли в другой мы класс	4
Итого		34 часа

Учебно-методическое обеспечение реализации курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт»:

1. Астапов В.М. «Педагогу о психическом здоровье учащихся» – Изд-во «МПСИ», 2017 г. – 56с.
2. Беседы с детьми о спорте и здоровье» Серия: Сказки-подсказки, – Изд-во «Сфера», 2017 г. - 64 с.
3. Булат А.И., Малых Е. Н. «Портфолио здоровья учащегося начальной школы. Самодиагностика. Самоанализ. Самооценка» – Изд-во «Учитель», 2018 г. – с. 39
4. Голиков Н. «Ребенок-инвалид. Обучение, развитие, оздоровление», 2017г. – 428с.
5. Дорофеева А. Рассказы по картинкам. Зимний спорт. – Изд-во «Мозаика-Синтез», 2017г. – 8с.
6. Дорофеева А. Рассказы по картинкам. Летний спорт. – Изд-во «Мозаика-Синтез», 2017г. – 8с.
7. Емельянова Э. Л. «Расскажите детям о зимних видах спорта» – Изд-во «Мозаика-Синтез», 2018г. – 24с.
8. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. «Сказкотерапия здоровья» – Изд-во «Речь», 2018г. – 112с.
9. Иванов О.А., Михайлина М.Ю., Колисник И.И. CD-ROM. «Здоровьесберегающие технологии учебного процесса», 2017 г.
10. Книга: Л. А. Обухова, Н. А. Лемяскина, О. Е. Жиренко «135 уроков здоровья, или Школа докторов природы. 1-4 классы» – Изд-во «ВАКО», 2017г. – 288с.
11. Петлякова Э.Н. «Уроки здоровья в начальной школе: стандарты второго поколения», серия Сердце отдаю детям, – Изд-во «Феникс», 2017г. – 222с.
12. Ульева Е. «100 увлекательных игр для здоровья вашего ребенка», 2016г. - 112с.
13. Харитонов Л. А. «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе». Серия «Сердце отдаю детям» – Изд-во «Феникс», 2018 г. - 192с.
14. Шорыгина Т.А. «Спортивные сказки. Беседы с детьми о спорте и здоровье» – Изд-во «Сфера», 2018г. – 64с.
15. Шорыгина Т.А. «Спортивные сказки. Беседы с детьми о спорте и здоровье» – Изд-во «Сфера», 2018г. – 64с.

Данная программа может реализовываться с использованием дистанционных образовательных технологий электронных ресурсов.

Электронные образовательные ресурсы.

<http://do2.rcokoit.ru/> - интерактивные курсы по основным предметам школьной программы

<https://resh.edu.ru/> -Российская электронная школа

<https://uchi.ru/>-образовательная платформа Учи.ру

<https://uchebnik.mos.ru/catalogue> -Московская электронная школа

<https://www.lektorium.tv/> -онлайн-курсы

<https://interneturok.ru/> - интернет урок. Библиотека видеоуроков по школьной программе

<https://www.yaklass.ru/> - ЯКласс

<http://edu.sirius.online/> -площадка Образовательного центра «Сириус»

Перечень справочных интернет ресурсов:

<http://infourok.ru>

<images.yandex.ru>

<ped-kopilka.ru>

<nsportal.ru>»nachalnaya-shkola

<images.yandex.ru>

<https://ru.wikipedia>

<https://docs.google.com>

<http://www.karusel-tv.ru>

<http://stranamasterov.ru>

<http://allforchildren.ru>

Материально-техническое оснащение образовательного процесса при реализации программы курса внеурочной деятельности «Здоровье и спорт»:

— Компьютер

— Мультимедийная доска

Электронные ресурсы, созданные самостоятельно педагогом: Презентации PowerPoint

