

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Принято

на педагогическом совете
ГБОУ «Альметьевская школа-интернат»
протокол № 1 от "31" августа 2023 г.

Введено

в действие приказом
№ 121 – О от "31" августа 2023 г.

Утверждаю:

Директор государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Альметьевская школа-интернат для детей
с ограниченными возможностями здоровья»
Л.Р. Мартынова



Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности
«Я и моё тело»
для подг.- 4 ГУО класса (6,4)
1ч. в неделю; 33ч. в год
Составитель: Смирнова С.В., воспитатель

Согласовано:

Зам. директора по УР: И.Б.Шарифуллина

Рассмотрено:

на заседании ШМО, протокол № 1 от 28 августа 2023 г.

Руководитель ШМО: Денисова П.А.

Альметьевск – 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности

«Я и моё тело»

Для подг.- 4 ГУО класса

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ОВЗ, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. № 1598 (далее – ФГОС ОВЗ);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденной 24.11.2022 г. приказом Минпросвещения РФ под № 1023;
- Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
- Методических рекомендаций Министерства просвещения РФ по организации внеурочной деятельности от 05.07.2022 г.;
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р;
- Постановления СП 2.4 3648-20 «Об утверждении санитарных правил «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Учебного плана «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, собственных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Предлагаемая программа включает информацию по анатомии, физиологии, психологии, служит самопознанию, самопринятию, самоуважению. Она поможет ребёнку лучше узнать себя, свой организм. Научит бережно относиться к своему здоровью, здоровью других людей, использовать возможности своего организма. Программа поможет сформировать у учащихся саногенное мышление, т. е. способность управлять своим умственным миром, совершенствовать нравственное сознание, выстраивать поведение так, чтобы не быть предрасположенным к нездоровому образу жизни, а получать удовлетворение от умелости, ловкости, всегда стремиться укреплять своё здоровье и относиться к этому сознательно.

Цель: научить бережно, относиться к своему организму, заботиться о нём, соблюдать гигиену тела.

Задачи:

- познакомить со строением тела человека
- помочь освоить способы ухода за своим организмом

На реализацию комплексной программы «Я и моё тело» в подг.- 4 классах – 34 часов в год (1 раз в неделю). Формы организации учебного процесса: групповые; индивидуально-групповые; фронтальные; практикумы.

К каждой теме программы предложен разнообразный дидактический материал: познавательные тексты, стихотворения, загадки, а также игры, игровые упражнения, вопросы и задания, которые помогут лучше усвоить и закрепить полученные знания и умения.

Предполагаемые результаты обучения.

Личностными результатами обучения являются:

- научение ребёнка практическим методам самостоятельного принятия решений, ориентированных на собственное здоровье;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Предметными результатами обучения являются:

1. В познавательной сфере:

- знания строения своего тела; о влиянии работы разных систем организма на здоровье; знания о способах ухода за своим организмом; об укреплении своего здоровья; о здоровом образе жизни;
- ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

В результате освоения программы младшие школьники будут иметь представления:

- о строении своего тела
- об органах чувств
- об овладении способами бережного отношения к своим органам чувств
- о способах ухода за органами чувств
- о «врагах» органов чувств
- о том, как плохо жить человеку, у которого нет какого-то органа чувств
- как можно помочь инвалидам
- о строении и способах ухода за зубами
- о строении и значении внутренних органов человека
- о здоровом образе жизни
- о закаливании организма

знать:

- строение человеческого тела и его внутреннее строение
- правила личной гигиены

уметь:

- соблюдать правила личной гигиены, режим дня
- ухаживать за своим организмом

Календарно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Характеристика деятельности обучающихся	Цифровые образовательные ресурсы	Дата проведения	
				План	Факт
1-2	Части тела. Упражнения с использованием частей тела.	Познакомить детей с внешним строением тела человека, с возможностями его организма; воспитывать чувство гордости, что «Я – человек»; вызвать интерес к дальнейшему познанию себя. Познакомить с частями тела человека. Формировать представления детей об органах чувств человека: зрение, слух, вкус, обоняние. Воспитывать бережное отношение детей к органам чувств, культуру их охраны. Учить детей заботиться о своем теле. Чтение литературы информационного характера «Знакомим детей с человеческим организмом» (Алябьева Е.А.)	демонстрационный материал презентация мультфильм	06.09 13.09	
3-4 5-6	Почему все мы устроены так? Тело человека	Познакомить детей с внешним строением тела человека, с возможностями его организма; воспитывать чувство гордости, что «Я – человек»; вызвать интерес к дальнейшему познанию себя. Развивать у детей сообразительность, развивать логику, абстрактное мышление, фантазию. научить видеть мир по-новому. Загадки про части тела человека.	демонстрационный материал презентация мультфильм	20.09 27.09 04.10 11.10	
7-8	Голова и шея.	Формировать представления о том, что в голове находится мозг и сосредоточены все органы чувств: зрение (глаза),слуха (уши),обоняние (нос),вкуса (язык). Голова соединяется с туловищем при помощи шеи, которая обеспечивает ей подвижность.	демонстрационный материал презентация мультфильм	18.10 25.10	

11	Руки. Пальцы рук. Что умеют руки. Ноги.	Формировать понятие о строении конечностей человека, значении рук и ног. Выяснить сходство и различие в строении и значении рук и ног человека. Показать детям, что одни действия лучше совершать руками, другие – ногами. Загадки про части тела человека. Чтение литературы информационного характера «Знакомим детей с человеческим организмом» (Алябьева Е.А.)	демонстрационный материал презентация мультфильм	08.11	
12-13 14-15	Глаза. Цвет и форма глаз. Глаза и настроение. Как беречь глаза.	Формировать познавательный интерес к человеку; познакомить с органом зрения – глазом; формировать представления о том, что глаза людей имеют разную форму и цвет (голубой, серый, карий, зеленый); веки, ресницы защищают их; если глаза плохо видят, человек носит очки; обращать внимание дошкольников на необходимость бережного отношения к своим глазам.	демонстрационный материал презентация мультфильм	15.11 22.11 29.11 06.12	
16-17-18	Слух человека. Как беречь уши	Формировать представления о том, что уши у людей различаются по форме и размеру; знакомить с функцией ушей – слушать звуки, с их строением (ушная раковина, слуховой проход); обращать внимание на необходимость гигиены ушей. Познакомить со строением уха и с основными правилами ухода за ними; развивать память, слуховое внимание, речевой слух, остроту слуха.	демонстрационный материал презентация мультфильм	13.12 20.12 27.12	
19-20 21-22	Рот. Зубы. Как беречь зубы. Язык и губы.	Продолжить формирование знаний о важном органе пищеварения - зубах; убедить учащихся в необходимости беречь зубы; дать детям советы по уходу за зубами. Познакомить детей со строением зубов и их значением в жизни организма, распределением зубов по челюсти; изучить правила ухода за зубами и убедить детей в необходимости выполнения этих правил; прививать навыки личной гигиены; воспитывать у детей веру в себя, убеждение, что при выполнении гигиенических правил и тренировок каждый может стать здоровым, сильным, выносливым.	демонстрационный материал презентация мультфильм	10.01 17.01 24.01 31.01	

23-24	Кожа и здоровье человека. Личная гигиена.	Дать детям представление о том, что кожа - естественный покров человека, она постоянно растет и обновляется, а также выполняет очень много важных функций (основные это - защита от грязи, жары и холода и высокая чувствительность к различным механическим воздействиям и боли). Воспитывать бережное отношение к своей коже, соблюдать чистоплотность.	демонстрационный материал презентация мультфильм	07.02 14.02	
25	Скелет.	Расширить знания детей о строении скелета человека. Дать представление о том, что у каждого человека внутри есть кости, которые составляют подвижную конструкцию-скелет нашего тела, защищающий внутренние органы от различных повреждений. Рассматривание иллюстраций с изображением скелета человека Чтение литературы информационного характера «Знакомим детей с человеческим организмом»	демонстрационный материал презентация мультфильм	28.02	
26	Сердце и кровеносная система.	Познакомить детей с работой человеческого сердца, показать значение сердца для всего организма и разъяснить роль вен и артерий в работе сердечно – сосудистой системы. Научить находить пульс на запястье и считать удары своего сердца. Обучать правилам сохранения здорового сердца, вырабатывать сознательное отношение к здоровому образу жизни.	демонстрационный материал презентация мультфильм	06.03 13.03	
27	Лёгкие и органы дыхания.	Выявить полноту, глубину, достоверность представлений о человеческом организме, степень их осознанности. Формировать знания о том, что легкие-основные органы дыхательной системы, находящиеся в грудной полости. Обеспечивают правильный газообмен. Рассматривание иллюстраций с изображением легких человека.	демонстрационный материал презентация мультфильм	20.03	

28-29	Желудок и система пищеварения.	Формирование понятия о пищеварительной системе, ее основных отделах и деятельности. Рассказать о пути, который пища проходит в организме человека. Показать способность желудка растворять и впитывать различные вещества. Воспитывать у детей понимания о необходимости тщательно пережёвывать пищу, понимать свой организм, его потребности. Прививать детям культурно-гигиенические навыки. Продолжать формировать привычку следить за чистотой рук. Развивать любознательность, умение отвечать на вопросы, размышлять. Чтение литературы информационного характера «Знакомим детей с человеческим организмом» (Алябьева Е.А.)	демонстрационный материал презентация мультфильм	03.04 10.04	
30-31	Чтение болгарской сказки «Как повздорили части тела»	Учить эмоционально воспринимать и осознавать образное содержание поэтического текста, закрепить знания о частях тела, в том числе об органах чувств. Развивать внимание, память.	демонстрационный материал презентация мультфильм	17.04 24.04	
33	Диагностика.	Выявить полноту, глубину, достоверность представлений о человеческом организме, степень их осознанности.		15.05 22.05	

Критерии оценивания


Система оценки планируемых результатов

Оценка качества усвоения обучающимися с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР программы по предмету «Я и моё тело» осуществляется на основе анализа результатов учебных умений учащихся по баллам. Результаты анализа: 0 баллов — не проявляет данное умение; 1 балл — демонстрирует умение с помощью педагога; 2 балла — допускает ошибки при демонстрации умений; 3 балла — демонстрирует умение самостоятельно. Данные заносятся в Таблицу.

Лист корректировки рабочей программы

№ п/ п	Ф.И. Учащегося	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту	Баллы	% усвоения
1	Билалова Айгуль							
2	Каюмова Диана							
3	Назиуллина Полина							
4	Феоктистов Артём							
5	Сахаватова Гузель							

Лист согласования к документу № 121-о от 31.08.2023
Инициатор согласования: Мартынова Л.Р. Директор
Согласование инициировано: 16.11.2023 10:13

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Мартынова Л.Р.		 Подписано 16.11.2023 - 10:13	-