Подписан:
Нархова Елена
Александровна
Основание: Я
являюсь автором
этого документа
Дата: 2025.08.29
15:48:08+03'00'

Приложение к АООП образования
обучающихся с нарушением интеллекта,
тяжелыми множественными
нарушениями развития
(вариант 2)

Министерство образования Ростовской области
государственное казенное общеобразовательное учреждение Ростовской области
«Шахтинская специальная школа-интернат №16»

346504 г. Шахты
Ростовская область,
пер. Тюменский,72

Тел. 8 (8636) 22-59-39; 22-61-47
Факс: 8 (8636) 22-59-39
E-mail: ski_shahti_16@rostobr.ru

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПРЕДМЕТА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ШКОЛА ЗДОРОВЬЯ»
АДАПТИРОВАННАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ПРОГРАММА ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
С НАРУШЕНИЕМ ИНТЕЛЛЕКТА
(ВАРИАНТ 2)

4 класс

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Школа здоровья» составлена на основе адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с нарушением интеллекта ГКОУ РО Шахтинской специальной школы-интерната №16, далее АООП НИ (вариант 2).

АООП НИ (вариант 2) адресована обучающимся с нарушением интеллекта в умеренной, тяжелой или глубокой степени, с ТМНР, с учетом реализации специальной индивидуальной программы развития (СИПР), учитывающую индивидуальные образовательные потребности обучающегося.

Предмет внеурочной деятельности «Школа здоровья» является инвариантной частью учебного плана. В соответствии с учебным планом рабочая программа по предмету внеурочной деятельности «Школа здоровья» в 4 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 часа в год (1 часа в неделю).

Цели программы:

– создание наиболее благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения здоровья младших школьников;

– формирование необходимых знаний, умений и навыков, способствующих поддержанию здорового и безопасного образа жизни; использование полученных знаний в практической деятельности;

– воспитание уважительного отношения к окружающей природе, к себе и своему здоровью.

Задачи программы:

– осуществлять профилактику вредных привычек;

– формировать ответственное отношение к здоровому и безопасному образу жизни;

– развивать сообразительность, инициативу, быстроту реакции, ловкость, терпение, выдержку;

– формировать навык общения, взаимодействия и сотрудничества в коллективной игре;

– знать нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья школьников.

Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности «Школа здоровья»

Личностные результаты:

–умение проявлять самостоятельность и творческую активность;

–умение выполнять задания точно, аккуратно, своевременно;

–умение соблюдать правила ТБ, личной гигиены;

–умение правильно организовать рабочее место, место проведения игр, мероприятий;

–умение сопереживать и прийти на помощь.

Уровни достижения предметных результатов по внеурочной деятельности «Школа здоровья»

Результаты работы по данной программе внеурочной деятельности можно оценить по двум уровням.

Минимальный уровень – обучающийся получит возможность научиться формировать позитивное отношение к базовым ценностям нашего общества, развивать ценностное отношение школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре.

Достаточный уровень – обучающийся научится соблюдать правила личной гигиены, составлять и соблюдать режим дня, составлять и выполнять комплекс утренней гимнастики, оказывать простейшую первую доврачебную помощь при порезах, травмах, ушибах, обморожении, участвовать и организовывать детей в различные подвижные игры, знать игры разных народов нашего края, научится организовывать самостоятельный поиск информации и коллективную творческую деятельность.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ

Создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников ценностного отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха. Научить учащихся быть здоровыми душой и телом, стремиться творить свое здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия. Основные задачи: способствовать развитию потребности в здоровом образе жизни; обучить учащихся приёмам по профилактике простудных

заболеваний; расширить гигиенические знания и навыки учащихся; обеспечить возможность удовлетворения потребности в движении у школьников для нормального развития и профилактики умственного утомления; обучить учащихся приёмам по предупреждению детского травматизма.

Принцип систематичности и последовательности проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Систематически проводимые формы организации познавательной деятельности в сочетании со здоровьесберегающими мероприятиями приучат учащихся постоянно соблюдать оздоровительно-воспитательный режим.

Принцип индивидуализации осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности учащихся, педагог всесторонне развивает каждого ребёнка, планирует и прогнозирует его развитие. С учётом уровня индивидуальной подготовленности ученика, его двигательных способностей и состояния здоровья, намечают пути совершенствования умений и навыков.

Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей учащихся является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий.

Принцип наглядности обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания. Принцип наглядности направлен для связи чувственного восприятия с мышлением.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Название раздела, тематика раздела	Кол-во часов	Дата	Основные виды деятельности обучающихся на уроке
	Раздел **«Познай себя»**	**5 ч**		
1	Твои жизненные ценности.	1		Беседа.
2	Ты и твое здоровье.	1		Беседа, актуализация знаний.
3	От чего зависит здоровье?	1		Практическая деятельность, просмотр видео
4	Что дается от рождения?	1		Беседа.
5	Что ты сможешь сделать для здоровья?	1		Практическая деятельность.
	Раздел **«Правила отношений»**	**4 ч**		
6	Почему важно иметь отношения с людьми?	1		Беседа.
7	Отношения и здоровье.	1		Беседа.
8	Основные правила отношений с ровесниками, родителями, учителями и другими взрослыми людьми.	1		Практическая деятельность.
9	Знакомые и незнакомые. Нужно ли сохранять осторожность.	1		Беседа. Практическая деятельность. Просмотр видео.
	Раздел **«Отношения и конфликт»**	**8 ч**		
10	Что такое конфликты?	1		Игровое занятие
11	Почему возникают конфликты между людьми?	1		Беседа.
12	Кто может стать участником конфликта?	1		Беседа.

13	Пути разрешения конфликтов.	1		Практическая деятельность.
14	Посредничество.	1		Беседа.
15	Как научиться прощать?	1		Беседа.
16	Ты, конфликт, компромисс.	1		Игровое занятие.
17	Конфликты и здоровье.	1		Беседа о том, как влияют конфликты на здоровье человека.
	Раздел **«Здоровье и эмоции»**	**6 ч**		
18	Твои чувства, эмоции и здоровье.	1		Беседа.
19	Положительные и отрицательные эмоции.	1		Игровое занятие.
20	Оптимизм и пессимизм.	1		Игровое занятие.
21	Умеешь ли ты руководить эмоциями?	1		Практическая деятельность.
22	Как воздействуют эмоции на отношения с людьми?	1		Беседа.
23	Эмоции и конфликт.	1		Игровое занятие.
	Раздел **«Школа и здоровье»**	**7 ч**		
24	Зачем человеку нужна школа?	1		Беседа.
25	Успехи и неудачи на уроках.	1		Беседа.
26	Как надо слушать на уроках?	1		Практическое занятие.
27	Внимание и память.	1		Практическое занятие.
28	Правила познания и школьные предметы.	1		Игровое занятие.
29	Как работать с текстом?	1		Практическое занятие.
30	Как готовиться к отвечу на уроке?	1		Практическое занятие.
	Раздел **«Помоги себе и своему здоровью»**	**4 ч**		
31-32	Здоровье – главная ценность в твоем поведении, отношениях, жизни.	2		Игровое занятие. Беседа о влиянии здоровья на организм человека.
33-34	Сделай свой выбор. Скажи здоровью «Да!»	2		Подведение итогов в игровой форме.