

Краевое государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Партизанская специальная (коррекционная)
Общеобразовательная школа – интернат»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор КГБУ
Партизанская КШИ
Сеадчая О.В.
от «25» 08 2025г.



СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора
по ВР Бабанина Е.В.
Принято педагогическим
советом Протокол № 1
от «25» 08 2025г.

**ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«Лаборатория здоровья»
Спортивно-оздоровительное направление**

1 КЛАСС

(степень образования/класс)

Составлена на основе федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с ОВЗ (нарушением интеллекта)

Вариант 1

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Содержание обучения
3. Планируемые результаты
4. Тематическое планирование

Пояснительная записка.

Нормативные документы, обеспечивающие реализацию программы.

1. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 № 273-Ф
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 12.07.2023 № 74229).
3. «Санитарно - эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи» СП 2.4.3648-20 вступившие в силу с 01.01.2021 года;
4. Устав образовательного учреждения утверждённый 31.08.2023 года приказ №242-ри;
5. Воспитательный план воспитательной работы образовательного учреждения на 2025- 2026 учебный год.

Цель и задачи преподавания (освоения) внеурочной деятельности

Цель программы: всестороннее развитие личности детей и подростков, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании; совершенствование знаний о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении; развитие качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; воспитание чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни; развитие умений предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.

Задачи:

Образовательные:

1. формирование навыков безопасного поведения;
- ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной
2. жизни;
3. изучение методов и приемов защиты от опасностей;

4. изучение основы медицинских знаний;
5. обучение практическим навыкам оказания само - и взаимопомощи в экстремальных ситуациях;
6. изучение основ здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование;
7. расширение кругозора;

Развивающие:

формирование потребности воспитанников в постоянном пополнении своих знаний, в укреплении своего здоровья;

формирование навыков самообслуживания;

формирование у обучающихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;

развитие у обучающихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции; отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

- развитие воображения у детей.

Воспитательные:

воспитание морально-волевых качеств личности;

воспитание сознательной дисциплины и культуры поведения;

воспитание ответственности за порученное дело;

формирование чувств взаимоуважения и взаимопонимания и взаимоподдержки, чувства коллективизма;

формирование устойчиво-позитивного отношения к окружающему миру;

воспитание у подростков готовности к защите Отечества, действиям в экстремальных ситуациях;

стимулирование развития самостоятельности и ответственности;

воспитание у подростков способности к лидерству, способности в критической ситуации взять на себя всю полноту ответственности за себя и всех членов коллектива.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Лаборатория здоровья» для обучающихся 1 класса рассчитана на 33 часа учебного времени, данный курс предусмотрен 1 час в неделю.

Срок реализации программы – 1 год.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

- Осознанное ценностное отношение к национальным базовым ценностям, России, своему народу, своему краю, отечественному культурно-историческому наследию, государственной символике, законам РФ, русскому и родному языку, народным традициям, старшему поколению; сформированная гражданская компетенция.

- Понимание и осознание моральных норм и правил нравственного

поведения, в том числе этических норм взаимоотношений в семье, между поколениями, носителями разных убеждений, представителями различных социальных групп.

- Положительный опыт взаимодействия со сверстниками, старшим поколением и младшими детьми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами; сформированная коммуникативная компетенция.
- Способность эмоционально реагировать на негативные проявления в детском обществе и обществе в целом, анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков других людей.
- Понимание и осознаний взаимной обусловленности физического, нравственного, психологического, психического и социально-психологического здоровья человека.
- Осознание негативных факторов, пагубно влияющих на здоровье.
- Умение делать осознанный выбор поступков, поведения, образа жизни, позволяющих сохранить и укрепить здоровье.
- Представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни.
- Потребность заниматься физической культурой и спортом, вести активный образ жизни.
- Формирование самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;
- Развитие навыков экологической культуры: ценностное отношение к миру, готовность следовать нормам природоохранного, здоровьесберегающего поведения;
- Осознание ответственности человека за общее благополучие;
- Проявление начальных навыков адаптации в динамично изменяющемся мире.

Метапредметные:

Регулятивные:

- Умение ставить цель своей деятельности на основе имеющихся возможностей;
- Умение оценивать свою деятельность, аргументируя при этом причины достижения или отсутствия планируемого результата (участие в соревнованиях и смотрах);
- Формирование умения находить достаточные средства для решения своих учебных задач;
- Демонстрация приёмов саморегуляции в процессе подготовки мероприятий разного уровня, участие в них, в том числе и в качестве конкурсанта.

Познавательные:

- Использование общих приёмов решения ситуационных задач, выбор наиболее эффективных способов решения;
- Контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;
- Самостоятельная постановка и формулировка проблемы;
- деятельность при решении проблем различного характера;

- Осознанное и произвольное построение сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера; Умение узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов.

Использование знаково-символических средств, в

том числе моделей и схем для решения ситуационных проблем и задач;

- Поиск и выделение необходимой информации из различных источников в разных формах (текст, рисунок, таблица, диаграмма, схема);
- обработка, анализ ,передача информации (устным, письменным, цифровым способами), её оценка.

Коммуникативные:

- Умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками;
- Приобретение навыков работы индивидуально и в коллективе для решения поставленной задачи;
- Умение находить общее решение и разрешать конфликты;
- Соблюдение норм публичного поведения и речи в процессе выступления.

Предметные:

Обучающиеся научатся:

- определять опасные и чрезвычайные ситуации, их последствия на безопасность личности, общества и государства; ориентироваться в государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; основам здорового образа жизни; оказанию первой помощи при неотложных состояниях;
- предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- применять полученные теоретические знания на практике — принимать основанные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- знать устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- оказывать первую само- и взаимопомощь;.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
 - формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;
 - формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию антиобщественному поведению;
 - -использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков
 - использовать здоровьесберегающие технологии для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих;
 - участвовать в акциях, конкурсах, соревнованиях, смотрах по теме
- безопасности разного уровня;

Содержание программы

№	Содержание	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности	Форма организации занятий
1.	"Мой дом – моя крепость"	14	Знакомятся с основами безопасности в домашней обстановке	Беседа, конкурс рисунков Урок – путешествие Учебный диалог, презентация учителя
2	"Улица полна неожиданностей"	12	Изучают основы безопасного поведения на улице: правила ДД, поведения с окружающим и людьми	Беседа Игра Урок – путешествие Викторина Презентация
	«Безопасная природа»	7	Учатся основам безопасного поведения в	Беседа, конкурс рисунков

			природной среде	Урок – путешествие Учебный диалог, презентация
ИТОГО		33		

Тематическое планирование 33ч.

№	Дата	Кол-во часов	Тема занятия	Основные виды учебной деятельности	Форма организации занятий
"Мой дом – моя крепость" (14 часов)					
1		1	Вводное занятие	Знакомятся с основами безопасности в домашней обстановке	Урок-путешествие
2		1	Как могут стать опасными обычные домашние вещи.		Беседа Просмотр видео фильма.
3		1	Как подружиться с электричеством		Беседа Презентация
4		1	Что делать при запахе газа		Беседа Просмотр видео фильма
5		1	Огонь – враг и друг.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
6		1	Водопровод без забот		Беседа Просмотр видео фильма Игра
7		1	Опасности на кухне		Беседа Просмотр видео фильма Игра
8		1	Наши помощники – бытовые приборы		Беседа Просмотр видео фильма Игра
9		1	Когда родителей нет дома		Беседа Конкурс рисунков.
10		1	Осторожно! За дверью незнакомцы!		Беседа Просмотр видео фильма Игра
11		1	Правила общения по телефону		Беседа Просмотр видео фильма Игра
12		1	Безопасный интернет		Беседа Просмотр видео фильма Игра
13		1	Безопасные игры		Беседа Просмотр видео фильма

					Игра
14		1	Разговор о домашней аптечке.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
"Улица полна неожиданностей" 12ч.					
1		1	Вводное занятие. Как рождаются опасные события.	Изучают основы безопасного поведения на улице: правила ДД, поведения с окружающим и людьми	Беседа Просмотр видео фильма
2		1	Внимание, дорога!		Беседа Просмотр видео фильма Игра
3		1	Светофор – наш друг и помощник.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
4		1	Путешествие в страну дорожных знаков.		Урок-путешествие
5		1	Опасные ситуации на дороге.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
6		1	Мы – пассажиры.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
7		1	Практическое занятие по общим правилам перехода проезжей части дороги.		Экскурсия
8		1	Опасности улицы.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
9		1	Как вести себя с незнакомыми людьми на улице.		Беседа Просмотр видео фильма
10		1	Твой двор.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
11		1	Терроризм – это опасно!		Беседа Просмотр видео фильма Игра
12		1	Если ты потерялся. Твои координаты.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
Безопасная природа (7 часов)					
1		1	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья.	Учатся основам безопасного	Беседа Конкурс рисунков

2		1	Зачем нужно закаляться	поведения в природной среде	Беседа Просмотр видео фильма Игра
3		1	Как не заблудиться в лесу.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
4		1	Ядовитые растения и грибы.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
5		1	Правила безопасности на воде		Беседа Просмотр видео фильма Игра
6		1	Чем опасна жара.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
7		1	Мы и животные.		Беседа Просмотр видео фильма Игра