

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

УТВЕРЖДАЮ:
Директор КГОБУ
Партизанская КШИ
Осадчая О.В.
Приказ № 88-п
от «26» 08 2024г.



СОГЛАСОВАНО:
Заместитель директора
по ВР *Бабанина Е.В.*
Принято педагогическим
советом Протокол № 1
от «26» 08 2024г.

**ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ПО КУРСУ**

**«Лаборатория здоровья» для обучающихся
с умственной отсталостью (интеллектуальными
нарушениями)**

(наименование учебного курса/предмета)

Составлена по программе АОП института стратегии развития образования
министерства образования РФ.

3 «А» КЛАСС

(степень образования/класс)

Вариант 1

2024 г.

Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Ожидаемые результаты
3. 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 2024- 2025 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;
- изучение методов и приемов защиты от опасностей;
3. изучение основы медицинских знаний;
4. обучение практическим навыкам оказания само - и взаимопомощи в экстремальных ситуациях;
5. изучение основ здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование;
6. 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 3 класса рассчитана на 34 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 обоснованные решения и выработать 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 получат 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 Экскурсия Экскурсия по школе
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»	8	Учатся основам безопасного поведения в природной среде	Беседа, конкурс рисунков Урок – путешествие Учебный диалог,

				презентация
ИТОГО		34		

Тематическое планирование 34ч.

№	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 (8 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	Безопасный мороз.		Беседа Просмотр видео фильма Игра
8		1	Мы и животные.		Беседа Просмотр видео фильма Игра

Методическое и материально-техническое обеспечение программы

Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций: компьютер, мультимедийный проектор, и др.

Список литературы, учебных видеоматериалов и ресурсов Интернета:

1. Анастасова Л. П. Основы безопасности жизнедеятельности. 1 класс: учеб. Для общеобразоват. Учреждений/ Л. П. Анастасова, П. В. Ижевский, Н. В. Иванова. – 2е изд. – М. : Просвещение, 2010. – 55с. : ил.
2. Нуждина Т. Д. Мир животных и растений. Ярославль: Академия развития: Академия и К: Академия Холдинг, 2000.
3. Нуждина Т. Д. Мир вещей. Ярославль: Академия развития: Академия и К, 1998.
4. Основы безопасности и жизнедеятельности. 1 – 4 классы: Школьный курс в тестах, кроссвордах, стихах, играх и задачах с картинками / Авт.-сост. Г. П. Попова. Волгоград: Учитель, 2006.
5. Поляков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 1 класс: Учебник для общеобразовательных учебных заведений. – 3-е изд. М.: Дрофа; ДиК, 1998.
6. Поторочина Е. А. Плурочные разработки по основам безопасности жизнедеятельности: 1 класс. – М.; ВАКО, 2008. – 128с. – (В помощь учителю).
7. Сосунова Е.М., Форштат М.Л. Учись быть пешеходом. Учебное пособие по ПДД для учащихся начальной школы. Ч.1. Ч.2. – СПб.: ИД «М и М», 1998.
8. Усачёв А. А., Березин А. И. Школа безопасности: Учебник для 1 класса начальной школы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». 3-е изд. М.: АСТ, 1999.
9. Цвилюк Г. Е. Азы безопасности: Книга для детей и родителей. М.: Просвещение, 1994.

10. Якупов А. М. Безопасность на улицах и дорогах: 1 класс: Методическое пособие для учителя. М.: АСТ-ЛТД, 1997.

Учебные видеоматериалы и ресурсы Интернета:

1. Спас-Экстрим – портал детской безопасности, Спас-Экстрим - портал детской безопасности 11;
2. Видеофильм «Улица полна неожиданностей» для детей 6-8 лет, Москва видеостудия «Кварт», 1998г.
3. Видеофильм «Основы пожарной безопасности» для детей 8-14 лет, Москва видеостудия «Кварт», 2004г.
4. Видеофильм «Безопасность детей в транспортном мире», для детей 6-10 лет, Москва ООО «Эконавт» 2000г.
5. Видеофильм «Безопасность в доме», для детей 6-10 лет, Москва ООО «Эконавт» 2000г.
6. Марченко Е.Ю. Серия уроков по пожарной безопасности в начальной школе. <http://www.openclass.ru/dig-resource/86743>
7. 10. Николаева Л.Н. Огонь друг или враг? 1 класс. <http://nach.21205s02.edusite.ru/p14aa1.html>
8. Всероссийская газета «Добрая дорога детства», <http://www.dddgazeta.ru/> ;
9. Компьютерная игра по правилам дорожного движения «Не игра» на диске CD для учащихся 6-10 лет, Москва, Санкт-Петербург, ООО «АБТ», ООО «Росполитехсофт» 2008г.
10. Компьютерная игра по правилам дорожного движения «Дорога в школу»;
11. Мультимедийное издание «ПДД для детей», Readme. txt, 2008г.;