

Государственное казенное общеобразовательное учреждение Ленинградской области «Сланцевская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные программы»

Приложение
к АООП для
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) в соответствии с ФГОС
ОУО

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по курсу внеурочной деятельности
«Здравушка»
(спортивно-оздоровительное направление)
1 – 4 классы
(2 вариант ФГОС)

Разработана: Воробьевой О.В.,
учителем

г.Сланцы
2019 г.

Курс внеурочной деятельности

«Здравушка»

(33 часа/ 1 час в неделю)

Ожидаемые результаты

Личностные результаты:

- формировать здоровый и безопасный образ жизни;
- развивать сотрудничество среди одноклассников

Предметные результаты:

- взаимодействовать учитель-ученик, ученик-ученик;
- уметь слушать и понимать инструкции педагога

Содержание курса

Программа входит во внеурочную деятельность по спортивно-оздоровительному направлению.

Программа учитывает возрастные и психологические особенности умственно отсталых школьников и поэтому предусматривает организацию игровой деятельности обучающихся. С этой целью включены игры.

На прогулке дети играют, много двигаются. Движения усиливают обмен веществ, кровообращение, газообмен, улучшают аппетит. У них вырабатываются двигательные умения и навыки, укрепляется мышечная система, повышается жизненный тонус. Из наблюдений, полученных на прогулке, обучающиеся узнают об особенностях сезонных изменений в природе.

Виды прогулок:

Прогулка-наблюдение.

Цель:

- наблюдение за сезонными изменениями,
- особенностями растительного мира,
- жизнью домашних и диких животных,

Прогулка-задание

Цель:

- выполнить порученное задание
- поздравить товарищей или взрослых с праздником;
- решить какую-нибудь практическую задачу, например, определить величину предмета, его цвет
- пригласить гостей на классное или школьное мероприятие

Прогулка-поиск

Цель: отыскать

- деревья;
- листья деревьев;
- растения;
- семена деревьев

Прогулка-фантазия

Представляет возможность изготовить поделку из природного материала, сплести венок, составить букет и т.д.

Прогулка-показ

Познакомить и показать различные предметы и объекты, деревья, кустарники, растения

Прогулка-практикум

Формировать жизненно-важные навыки по

- правилам дорожного движения;

- трудовым навыкам;
- культуре поведения

Комбинированная прогулка

Организация подвижных игр, ритмических музыкальных игр, хороводов.

Прогулка-поход

Пешие прогулки-походы включают в себя: наблюдение в природе, выполнение имитационных движений (птиц, животных, насекомых), подвижные и дидактические игры и т.д.

Тематическое планирование

1 класс

№	Тема	Кол-во часов	Формы проведения
1.	Белогривые лошадки	1	Прогулка-наблюдение
2.	Рисунки на асфальте	1	Комбинированная прогулка
3.	Осмотр цветников	1	Прогулка-показ
4.	День рябины	1	Прогулка-фантазия
5.	Золотая осень	1	Прогулка-наблюдение
6.	Осторожно, дорога!	1	Прогулка-практикум
7.	Признаки осени	1	Прогулка-наблюдение
8.	Шире круг	1	Комбинированная прогулка
9.	Шире круг. Силуэт	1	Прогулка-показ
10.	Вежливый прохожий	1	Прогулка-практикум
11.	Семена растений	1	Прогулка-поиск
12.	Осенние зарисовки	1	Прогулка-фантазия
13.	Детская площадка	1	Прогулка-показ
14.	Чужой человек	1	Прогулка-практикум
15.	Уроки бабушки травника	1	Прогулка-поиск
16.	Шагаем до калитки	1	Прогулка-задача
17.	Белый снежок	1	Прогулка-наблюдение
18.	Зимние забавы	1	Комбинированная прогулка
19.	Зимняя улица	1	Прогулка-поход
20.	Зимние зарисовки	1	Прогулка-фантазия
21.	Скользкая дорога	1	Прогулка-практикум
22.	Резные снежинки	1	Прогулка-задание
23.	Зимний денек	1	Прогулка-наблюдение
24.	Птицы зимой	1	Прогулка-наблюдение
25.	Название улиц нашего микрорайона	1	Прогулка-показ
26.	Название улиц нашего микрорайона. Как одеться по погоде	1	Прогулка-показ
27.	Как одеться по погоде. Речевки	1	Прогулка-практикум
28.	Речевки. Подвижные игры	1	Комбинированная прогулка

29.	Правила безопасности на прогулке	1	Прогулка-практикум
30.	Весенняя улица	1	Прогулка-поход
31.	Живая веточка	1	Прогулка-поиск
32.	Весенние первоцветы	1	Прогулка-поход
33.	Весенняя природа Здравствуй, лето!	1	Прогулка-показ Комбинированная прогулка
34.	Дыхательная гимнастика на улице	1	Прогулка-практикум
35.	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья	1	Прогулка-практикум
36.	Летняя прогулка. Как одеться по погоде	1	Прогулка-практикум
37.	Прогулка к водоему (речка, озеро). Правила безопасности	1	Прогулка-поход

Тематическое планирование

3 класс

№	Тема	Кол-во часов	Формы проведения
1.	Наш любимый школьный двор	1	Прогулка-наблюдение
2.	Любители спортивных игр	1	Комбинированная прогулка
3.	Осенний наряд леса	1	Прогулка-экскурсия
4.	Красавица клумба	1	Прогулка-показ
5.	Золотая осень	1	Прогулка-наблюдение
6.	Способы заготовки природного материала	1	Прогулка-задача
7.	Сбор природного материала	1	Прогулка-поиск
8.	Гармония	1	Прогулка-фантазия
9.	Правила поведения в общественном месте	1	Прогулка-практикум
10.	Что изменилось	1	Прогулка-поиск
11.	Моя семья	1	Прогулка-задание
12.	Загадки о природе	1	Комбинированная прогулка
13.	Личная безопасность	1	Прогулка-практикум
14.	Веселые художники	1	Комбинированная прогулка
15.	Здравствуй, зимушка-зима!	1	Прогулка-фантазия
16.	Игра «Палочка имяназвалочка»	1	Комбинированная прогулка
17.	Виды общественного транспорта	1	Прогулка-практикум
18.	Поведение в общественном транспорте	1	Прогулка-практикум
19.	Разное-одинаковое	1	Прогулка-поиск
20.	Прогулка «Здравствуй, зимушка-зима!»	1	Прогулка-наблюдение
21.	Зимние соревнования	1	Комбинированная прогулка
22.	Зимние красоты	1	Прогулка-поход
23.	Прогулка «Здравствуй, весна!»	1	Прогулка-наблюдение
24.	Уроки Деда Всеведа	1	Прогулка-поиск
25.	Правила дорожного движения	1	Прогулка-практикум
26.	Признаки весны	1	Прогулка-наблюдение
27.	Смелые, сильные, ловкие	1	Комбинированная прогулка
28.	Прогулка в школьный сад	1	Прогулка-поход

29.	Правила поведения на улице	1	Прогулка-практикум
30.	Цветущий май	1	Прогулка-наблюдение
31.	Займи место	1	Комбинированная прогулка
32.	Школьный двор	1	Прогулка-задача
33.	Здравствуй, лето!	1	Прогулка-наблюдение
34.	Правила поведения летом	1	Прогулка-практикум
35.	Прогулка «Сбор растений для гербария»	1	Прогулка-поиск
36.	Правила поведения у водоема	1	Прогулка-практикум
37.	Прогулка в летний парк	1	Прогулка-поход
38.	Игры на свежем воздухе	1	Комбинированная прогулка

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575864

Владелец Рыбакина Елена Викторовна

Действителен с 25.02.2021 по 25.02.2022