

Государственное казенное общеобразовательное учреждение
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат
№23 для детей с ограниченными возможностями здоровья»

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора
по учебно-воспитательной работе

С.П. Попова
« 30 » августа 2024г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГКОУ
«Специальная (коррекционная)
общеобразовательная школа-интернат №23»

А.А. Устинов
приказ №92 - ОД от «02 » сентября 2024г.

**Адаптированная рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Азбука здоровья»
для обучающихся 2А класса (1 вариант)
на 2024/25 учебный год**

Учитель: Нечепуренко Галина Владимировна

Квалификационная категория: высшая

Рассмотрено на заседании

школьного методического совета

Протокол №1 от «30» августа 2024г

Невинномысск, 2024г.

Содержание	страницы
1.Целевой раздел.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.1.1. Цели реализации программы.....	5
1.1.2. Принципы формирования и механизмы реализации программы.....	5
1.1.3. Общая характеристика программы.....	7
2. Содержательный раздел.....	8
2.1. Планируемые результаты.....	8
2.2. Система оценки знаний обучающихся (промежуточная аттестация).....	9
2.3. Содержание курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья»	11
2.4. Программа формирования БУД средствами курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья»	15
2.5. Метапредметные связи курса внеурочной деятельности ..	17
3. Организационный раздел.....	17
3.1. Система реализации условий программы.....	17
3.2. Тематическое планирование по курсу «Азбука здоровья» с использованием ЦОР и ЭОР.....	19
Приложение 1. Календарно - тематическое планирование.....	21
Приложение 2. Контрольно-измерительный инструментарий.	24

1.Целевой раздел

1.1. Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья» во 2 классе составлена согласно Федеральному государственному образовательному стандарту образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и разработана в соответствии с требованиями следующих нормативно-правовых документов:

Федеральный уровень:	Требования Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012г. №273 «Об образовании в Российской Федерации»
	Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014г. №1599 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
	Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021г. №115 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - начального общего, основного общего и среднего общего образования»
	Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020г. №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
	Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2022г. №16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3. 1/2.4. 3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»
	Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
	Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 21 сентября 2022г. №858 «О федеральном перечне учебников,

	допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников». Перечень учебников, учебных пособий, используемых в учебном процессе ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23» в 2024/25 учебном году
	Федеральный закон от 31 июля 2020г. №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся. Программа воспитания ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23» (срок обучения - 9 лет) с изменениями от 30.08.2023г.
	Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 24.11.2022г. №1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
Региональный уровень:	Письмо министерства образования и молодежной политики Ставропольского края, совместно с ГБУ ДПО «Ставропольский краевой институт образования, повышения квалификации и переподготовки работников образования» от 08 июня 2016г. №04-20/5680 «Рекомендации по разработке и утверждению учебных планов для специальных (коррекционных) образовательных учреждений (классов) для обучающихся с ОВЗ в условиях перехода на ФГОС НОО образования обучающихся с ОВЗ и ФГОС образования обучающихся с интеллектуальными нарушениями»
Уровень ОУ:	Устав государственного казенного общеобразовательного учреждения «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23 для детей с ограниченными возможностями здоровья»
	Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) образования обучающихся с лёгкой умственной отсталостью (вариант 1)
	Учебный план ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23» на 2024/25 учебный год

Программа определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения предмета. Соответствует учебному плану школы.

1.1.1. Цели реализации программы

Цель программы: обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе; научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы, законами бытия.

Задачи:

- сформировать у детей необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни;
- формировать у детей мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, физического воспитания;
- обеспечить физическое и психическое саморазвитие;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- добиться потребности выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

Коррекционная направленность курса

Основные направления коррекционной работы:

- владеть навыками коммуникации;
- знать и уважать элементарную систему ценностей семейного, школьного воспитания;
- развитие представлений о собственных возможностях;
- владение социально-бытовыми и гигиеническими умениями и навыками, необходимыми в повседневной жизни;
- осмысление своего социального окружения, элементарной системой ценностей и социальных ролей, соответствующих возрасту.

Отличительной особенностью рабочей программы по сравнению с примерной программой является коррекционная направленность, индивидуализация обучения.

1.1.2. Принципы формирования и механизмы реализации программы

В основу программы положены следующие принципы:

- принципы государственной политики РФ в области образования (гуманистический характер образования, единство образовательного пространства на территории Российской Федерации, светский характер образования, общедоступность образования, адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки обучающихся и воспитанников и др.);

- принцип коррекционно-развивающей направленности образовательного процесса, обуславливающий развитие личности

обучающегося и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых образовательных потребностей;

- принцип практической направленности, предполагающий установление тесных связей между изучаемым материалом и практической деятельностью обучающихся; формирование знаний и умений, имеющих первостепенное значение для решения практико-ориентированных задач;

- принцип воспитывающего обучения, направленный на формирование у обучающихся нравственных представлений (правильно/неправильно; хорошо/плохо и т. д.) и понятий, адекватных способов поведения в разных социальных средах;

- онтогенетический принцип;

- принцип преемственности, предполагающий взаимосвязь и непрерывность образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) на всех этапах обучения: от младшего до старшего школьного возраста;

- принцип целостности содержания образования, обеспечивающий наличие внутренних взаимосвязей и взаимозависимостей между отдельными предметными областями и учебными предметами, входящими в их состав;

- принцип учета возрастных особенностей обучающихся, определяющий содержание предметных областей и результаты личностных достижений;

- принцип учета особенностей психического развития разных групп обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- принцип направленности на формирование деятельности, обеспечивающий возможность овладения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) всеми видами доступной им предметно-практической деятельности, способами и приемами познавательной и учебной деятельности, коммуникативной деятельности и нормативным поведением;

- принцип переноса усвоенных знаний и умений и навыков, и отношений, сформированных в условиях учебной ситуации, в различные жизненные ситуации, что позволяет обеспечить готовность обучающегося к самостоятельной ориентировке и активной деятельности в реальном мире;

- принцип сотрудничества с семьей.

Механизмы реализации Программы учитывают особенности и образовательные потребности обучающихся, традиции ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23», имеющееся ресурсное обеспечение программы.

К основным механизмам реализации программ относятся урочная и внеурочная деятельность школьников, построенная на принципах дифференциации и индивидуализации образовательного процесса, в т.ч. обучение по индивидуальным учебным планам.

1.1.3. Общая характеристика программы

Здоровье человека - тема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением общего среднего образования.

Современная школа стоит на пороге разработки апробации и внедрения федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения (ФГОС). Обязательным компонентом ФГОС является внеурочная деятельность. Нововведение будет способствовать сохранению здоровья наших детей.

По результатам многочисленных исследований здоровье школьников с 1 класса ухудшается, все больше с каждым годом его обучения в школе. Одна из причин - низкая двигательная активность и нахождение значительного времени в статичном сидячем положении за партой в школе, за компьютером дома. Поэтому необходимо сделать акцент на активное формирование у подрастающего поколения установок на здоровый образ жизни, культуры здоровья.

Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов здоровой жизни, основных навыков сохранения здоровья. Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании. Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста.

Программа «Азбука безопасности» направлена на формирование у школьников понятий «здоровье» и «безопасность». Содержание курса составлено с учетом возрастных и психофизиологических особенностей учащихся начальной школы.

Программа помогает создать поведенческую модель, направленную на развитие коммуникативности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, ориентироваться в информационном пространстве.

Необходимо выделить практическую направленность курса. Содержание занятий направлено на развитие у учащихся негативного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга.

Основные виды деятельности учащихся:

- навыки дискуссионного общения;
- опыты;
- игра.

Каждый отдельный раздел курса включает в себя дополнительные виды деятельности:

- чтение стихов, сказок, рассказов;
- постановка драматических сценок, спектаклей;
- прослушивание песен и стихов;
- разучивание и исполнение песен;
- организация подвижных игр;
- проведение опытов;
- выполнение физических упражнений, упражнений на релаксацию, концентрацию внимания, развитие воображения.

Организация учебных занятий предполагает, что любое занятие для детей должно стать уроком радости, открывающим каждому ребёнку его собственную индивидуальность и резервные возможности организма, которые обеспечивают повышение уровней работоспособности и адаптивности. Он не должен быть уроком «заучивания», на котором вместо достижения оздоровительного эффекта создаётся только дополнительная нагрузка. Каждое занятие должно стать настоящим уроком «здоровотворчества».

Модуль «Школьный урок» из программы воспитания ГКОУ «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат №23» реализуется в разделах рабочей программы по курсу «Азбука здоровья» (Приложение 1. Календарно-тематическое планирование): «Кто и как предохраняет нас от болезней», «Прививки от болезней», «Безопасность при любой погоде», «Правила безопасности поведения в доме, на улице, в транспорте», «Правила поведения на воде», «Правила обращения с огнем», «Как защититься от насекомых», «Предосторожности при обращении с животными», «Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос», «Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек», «Сегодняшние заботы медицины».

2. Содержательный раздел

2.1. Планируемые результаты

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметные результаты

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;
- расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

2.2 Система оценки знаний обучающихся (промежуточная аттестация)

На основании Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Протокол от 22 декабря 2015 г. №4/15), в течение первого полугодия второго класса действует безотметочная система оценивания учащихся. Целесообразно всячески поощрять и стимулировать работу учеников, используя только качественную оценку знаний. Со второго полугодия вводится пятибалльная система обучения.

В соответствии с требованиями Стандарта для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оценке подлежат личностные и предметные результаты.

Личностные результаты включают овладение обучающимися социальными (жизненными) компетенциями, необходимыми для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающими формирование и развитие социальных отношений обучающихся в различных средах.

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения ребенка в овладении социальными (жизненными) компетенциями, которые, в конечном итоге, составляют основу этих результатов. При этом, некоторые личностные результаты (например, комплекс результатов: «формирования гражданского самосознания») могут быть оценены исключительно качественно.

Критерии оценки знаний обучающихся

Во время обучения во 2 классе целесообразно всячески поощрять и стимулировать работу учеников, используя только качественную оценку. При этом не является принципиально важным, насколько обучающийся продвигается в освоении того или иного учебного предмета. На этом этапе обучения центральным результатом является проявление значимых предпосылок учебной деятельности, одной из которых является способность ее осуществления не только под прямым и непосредственным руководством и контролем учителя, но и с определенной долей самостоятельности во взаимодействии с учителем и одноклассниками. Такая оценка деятельности ребенка во 2 классе дается в словесной форме и носит преимущественно характер поощрения, похвалы. Это не включает возможности отметить те или иные негативные стороны в работе ученика. Однако во всех случаях оценка дается доброжелательным тоном и несет положительных стимулы к дальнейшей работе ученика. Важно, чтобы все замечания и указания учителя аргументированы на языке, доступном пониманию ребенка.

В целом оценка достижения обучающимися с умственной отсталостью предметных результатов базируется на принципах индивидуального и дифференцированного подходов. Усвоенные обучающимися даже незначительные по объему и элементарные по содержанию знания и умения выполняют коррекционно-развивающую функцию, поскольку они играют определенную роль в становлении личности ученика и овладении им социального опыта.

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся по предмету курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья» во 2 классе проводится на основании выявленных у обучающихся умений в доступной форме по

овладению планируемыми личностными и предметными результатами освоения АООП.

Процедура промежуточной аттестации обучающихся проводится учителем класса в режиме текущего занятия. В групповом виде работы – учитель контролирует самостоятельность обучающихся при выполнении каждого задания, при необходимости оказывает помощь, показывая образец действия, или совместными действиями. В индивидуальном виде работы – учитель при необходимости помогает выполнять предметно-практическое действие.

Критерии:

- 0 баллов - обучающийся не понимает смысла задания, не включается в процесс выполнения вместе с учителем;
- 1 балл - выполняет только по прямому указанию учителя, при необходимости требуется оказание помощи;
- 2 балла - преимущественно выполняет задание по указанию учителя, в отдельных ситуациях способен выполнить его самостоятельно;
- 3 балла - способен самостоятельно выполнять задание, нередко допускает ошибки, которые исправляет по прямому указанию учителя;
- 4 балла - способен самостоятельно выполнить задание, но иногда допускает ошибки, которые исправляет по замечанию учителя;
- 5 баллов - самостоятельно выполняет задание.

Предмет	Класс	Вид контроля	Форма контроля	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
Азбука здоровья	2	Текущая аттестация	Тестирование	1			
		Промежуточная аттестация	Итоговое тестирование				1

2.3. Содержание курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья»

Основные разделы:

Тема 1. Почему мы бодем. Слово учителя. Повторение девиза «Уроков здоровья». Анализ стихотворения. Оздоровительная минутка. Повторение мудрых слов. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Грипп». Оздоровительная минутка. Игра – соревнование «Кто больше знает?». Практическая работа по составлению правил «Как помочь больному?» Тест «Твое здоровье». Практическая работа «Помоги себе сам».

Тема 2. Кто и как предохраняет нас от болезней. Повторение причин болезни. Рассказ учителя. Режим дня. Оздоровительная минутка. Тест «Умеешь ли ты готовить уроки?». Составление памятки «Как правильно

готовить уроки». Встреча с докторами Здоровья. Повторение правил. Анализ ситуации. Игра «Вставь словечко». Мудрые слова доктора Свежий Воздух.

Тема 3. Кто нас лечит. Повторение составляющих здорового образа жизни. Беседа по теме. Оздоровительная минутка. Анализ ситуации. Самоанализ здоровья.

Тема 4. Прививки от болезней. Слово учителя. Словарная работа. Игра - соревнование «Кто больше знает?». Оздоровительная минутка.

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Поднялась температура...»

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Прививка».

Игра «Полезно - вредно».

Тема 5. Что нужно знать о лекарствах. Игра «Кто больше знает?» Беседа «Из чего получают лекарства». Словарная работа. Оздоровительная минутка.

Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова. Игра «Светофор здоровья».

Анализ ситуации. Работа над стихотворением С. Михалкова «Для больного человека...» Аптека дома. Это полезно знать!

Тема 6. Как избежать отравлений. Беседа по теме. Игра - соревнование «Кто больше?» Оздоровительная минутка. Признаки лекарственного отравления. Помоги себе сам! Практическая работа. Рассказ учителя.

Признаки пищевого отравления. Первая помощь при отравлениях.

Тема 7. Безопасность при любой погоде. Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Забыла Таня про обед...» Оздоровительная минутка.

Признаки солнечного ожога. Практическая работа «Помоги себе сам!» Повторение правил. Беседа по картине К. Маковского «Дети, бегущие от грозы».

Правила поведения при грозе.

Тема 8. Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте.

Рассказ учителя. Анализ ситуации в стихотворении Э. Успенского «Мама приходит с работы...» Правила безопасного поведения в доме.

Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья».

Правило перехода улицы в местах, где нет светофора. Анализ ситуации. Заучивание слов.

Правила безопасности поведения в транспорте.

Тема 9. Правила безопасного поведения на воде. Встреча с доктором Вода.

Правила поведения на воде. Обсуждения стихотворения И. Емельянова.

Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья». Когда опасность рядом.

Тема 10. Правила общения с огнем. Беседа «Чем опасен огонь?» Игра «Светофор здоровья». Обсуждение ситуаций. Оздоровительная минутка.

Правила поведения при пожаре в доме. Практическая работа «План эвакуации при пожаре».

Тема 11. Как уберечься от поражения электрическим током. Повторение правил поведения при пожаре в доме. Рассказ учителя.

Словарная работа. Первая помощь пострадавшему. Оздоровительная минутка.

Игра «Светофор здоровья».

Тема 12. Как уберечься от порезов, ушибов, переломов. Виды травм. Оказание первой помощи при порезах, ушибах, переломах (практическая работа в парах). Оздоровительная минутка. Заучивание слов.

Тема 13. Как защититься от насекомых. Беседа по теме. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Вдруг какой - то страшный зверь...» Признаки аллергии. Помоги себе сам. Оздоровительная минутка. Словарная работа. Заучивание слов.

Тема 14. Предосторожности при обращении с животными. Беседа о домашних животных. Обсуждение стихотворения. Правила обращения с животными. Оздоровительная минутка. Составление правил. Это интересно!

Тема 15. Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом. Виды отравлений. Игра - соревнование «Кто больше знает?» Рассказ учителя. Оздоровительная минутка. Игра «Светофор здоровья» Признаки отравления ядовитыми веществами. Словарная работа. Первая помощь при отравлениях. Беседа по теме. Заучивание слов. Признаки отравления угарным газом. Помоги себе сам (составление правил). Игра «Вставь пропущенные слова».

Тема 16. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении. Рассказ учителя. Признаки теплового удара. Оздоровительная минутка. Помоги себе сам! Игра «Светофор здоровья». Работа с отрывком из сказки С. Михалкова «Мороз и морозец». Признаки обморожения. Составление правил. Игра «Полезно - вредно».

Тема 17. Первая помощь при травмах. Повторение «Какие бывают травмы». Рассказ учителя. Признаки растяжения связок и вывиха костей. Оздоровительная минутка. Практическая работа в группах. Виды переломов. Знакомство с правилами. Практическая работа в парах. Анализ ситуации в стихотворении С. Михалкова «Таня пальчик наколола...» Помоги себе сам! Словарная работа.

Тема 18. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. Беседа по теме. Если соринка попала в глаз. Оздоровительная минутка. Когда крошка попала в горло. Если что-то попало в ухо. Отгадывание кроссворда «Органы».

Тема 19. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек. Рассказ учителя. Это интересно! Признаки укуса змеи. Оздоровительная минутка. Первая помощь при укусе змеи. Отгадывание кроссворда.

Тема 20. Сегодняшние заботы медицины. Рассказ учителя о неизлечимых болезнях века. Оздоровительная минутка. Решение задач. Беседа по теме. Тест «Оцени себя сам». Урок - праздник «В путь дорогу собирайтесь, за здоровьем отправляйтесь!»

Одним из результатов преподавания программы «Азбука здоровья» является решение задач воспитания - осмысление и интериоризация (присвоение) младшими школьниками системы ценностей.

Ценность жизни - признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира частью живой и неживой природы. Любовь к природе - это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально - нравственного здоровья.

Ценность добра - направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности любви.

Ценность истины - это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность гражданственности - осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

В результате изучения курса «Азбука безопасности» обучающиеся познакомятся с такими разделами:

Самопознание. Части тела, их функциональное предназначение. Внутренние органы; предназначение. Рост и развитие человека. Периодизация развития. Здоровье и болезнь, гуманное отношение к физическим недостаткам.

Правила межличностного общения: предупредительность, представление себя, приглашение, отказ от нежелательного общения.

Дружба. Взаимовлияние людей, способы конструктивного решения конфликтных ситуаций. Поведение на улице и в общественных местах. Правила поведения с незнакомыми людьми.

Родственные связи - семья. Правила семейного общения. Права ребёнка в семье. Правила групповой деятельности.

Гигиена тела. Кожа и её придатки (ногти, волосы). Функциональное предназначение. Уход за кожей, волосами и ногтями. Выбор одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и индивидуальными особенностями.

Профилактика инфекционных заболеваний. Микромир: микробы, простейшие, грибки, вирусы. Взаимодействие человека с микромиром. «Хорошие» и «Плохие» микробы. Представление об инфекционных заболеваниях. Способы «пассивной» защиты от болезни: мытьё рук, ношение

маски, одноразовые шприцы и т.д.- Представление об активной защите - иммунитете.

Бытовой и уличный травматизм. Опасные факторы современного жилища, школы игровой площадки. Ожоги. Опасность при пользовании пиротехническими средствами. Электротравма. Опасность при игре с острыми предметами. Падение с высоты. Опасность открытого окна. Катание на перилах, прыжков с крыш, гаражей и т.д., элементарные правила безопасности при катании на велосипеде. Правила пользования роликами, экипировка. Опасность, которая подстерегает роллера на улице. Оказание первой помощи при простых

Травмах (ссадинах, царапинах, поверхностных ранах). Укусы зверей, змей, насекомых.

2.4. Программа формирования БУД средствами курса внеурочной деятельности «Азбука здоровья»

Личностные учебные действия

Личностные учебные действия - осознание себя в роли обучающегося, заинтересованного посещением образовательной организации, обучением, занятиями, осознание себя в роли члена семьи, одноклассника, друга, способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей, положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию, целостный, социально ориентированный взгляд на мир в единстве его природной и социальной частей, самостоятельность в выполнении учебных заданий, поручений, договоренностей, понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе, готовность к безопасному и бережному поведению в природе и обществе.

Коммуникативные учебные действия

Коммуникативные учебные действия включают следующие умения:

- вступать в контакт и работать в коллективе («учитель - ученик», «ученик - ученик», «ученик - класс», «учитель - класс»);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем;
- обращаться за помощью и принимать помощь;
- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;

- договариваться и изменять свое поведение в соответствии с объективным мнением большинства в конфликтных или иных ситуациях взаимодействия с окружающими.

Регулятивные учебные действия

Регулятивные учебные действия включают следующие умения:

- соблюдать правила внутреннего распорядка (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты);
- выполнять учебный план, посещать предусмотренные учебным планом учебные занятия, осуществлять самостоятельную подготовку к занятиям, выполнять задания, данные педагогическими работниками в рамках образовательной программы;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия других обучающихся;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.

Познавательные учебные действия

К познавательным учебным действиям относятся следующие умения:

- выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;
- устанавливать видо-родовые отношения предметов;
- делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;
- пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;
- читать; писать; выполнять арифметические действия; наблюдать под руководством взрослого за предметами и явлениями окружающей действительности;
- работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

Умение использовать все группы действий в различных образовательных ситуациях является показателем их сформированности.

2.5. Метапредметные связи курса внеурочной деятельности

Межпредметные связи:

Обучение «Азбуке здоровья» носит практическую направленность, имеет тесную связь с другими учебными предметами (чтение, математика,

мир природы и человека). На изучение курса отводится 1 час в неделю, 34 недели, всего 34 часа.

В случае сложной эпидемиологической ситуации в стране, в Ставропольском крае и невозможности получать образовательные услуги в традиционной форме будет осуществлён переход в формат дистанционного обучения. Федеральный закон от 29.12.2012 N273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020). (Статья 16. Реализация образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

Основной целью дистанционного обучения школьников является:

- предоставление учащимся школы доступа к качественному образованию, посредством почты, факса, телефонной связи, учебных телевизионных программ, учебных материалов на дисках, использования ресурсов Интернет, цифровых образовательных ресурсов.

В случае перехода на дистанционный формат обучения уроки проводятся в соответствии с расписанием. При необходимости будет проведено укрупнение тем по разделам, что позволит выдать программный материал в полном объёме.

3. Организационный раздел

3.1. Система реализации условий программы

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1)	Учебники	Методический материал	Дидактический материал	Дополнительная литература
АООП УО (вариант 1) разработанная образовательной организацией	-	1. Асвинова Т.Ф., Литвиненко Е.И. Программа школьной валеологии - реальный путь первичной профилактики.- 2020 2. Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В	1. Коррекционные упражнения, физминутки, речевые разминки, игровые упражнения, наглядные пособия, рисунки, игрушки,	1. Антропова, М.В., Кузнецова, Л.М. Режим дня школьника. М.: изд. Центр «Вентана-граф», 2021 2. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические

		здоровом теле – здоровый дух. Уч. пособие для ученика и учителя. М.:Педагогическое общество России, 2019	плакаты	разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2019 г. – / Мастерская учителя. 3. Гостюшин А.В. Патрикеев, А.Ю. Подвижные игры.1-4 класса. М.: Вако, 2019. - 176с. - / Мозаика детского отдыха 4. Макеева А.Г., Лысенко И.В. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников/ Под ред. М.М. Безруких - СПб, 2019 5. Обухова «Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы». - М., ВАКО, 2019 6.Энциклопедический словарь юного биолога /Сост. М.Е.Аспиз. – М., 2019 7. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2018 г. - / Мастерская учителя
--	--	--	---------	--

3.2. Тематическое планирование по курсу «Азбука здоровья» с использованием ЦОР и ЭОР

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов, отводимых на освоение темы	Электронные образовательные ресурсы (виды)
1.	Почему мы боеем	3	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи www.school-collection.edu.ru
2.	Кто и как предохраняет нас от болезней	2	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи, аудиокниги, различные символные объекты и деловая графика, текстовые бумаги, фото, видеофрагменты www.school-collection.edu.ru
3.	Кто нас лечит	1	www.school-collection.edu.ru , www.fcior.edu.ru
4.	Прививки от болезней	2	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи www.school-collection.edu.ru
5.	Что нужно знать о лекарствах	2	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи www.school-collection.edu.ru
6.	Как избежать отравлений	2	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи, аудиокниги, различные символные объекты и деловая графика, текстовые бумаги, фото, видеофрагменты www.school-collection.edu.ru
7.	Безопасность при любой погоде	2	www.school-collection.edu.ru , www.fcior.edu.ru
8.	Правила безопасности поведения в доме, на улице, в транспорте	2	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи www.school-collection.edu.ru
9.	Правила поведения на воде	1	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи www.school-collection.edu.ru
10.	Правила обращения с огнем	1	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи, аудиокниги, различные символные объекты и деловая графика, текстовые бумаги, фото, видеофрагменты www.school-collection.edu.ru
11.	Как уберечься от поражения электрическим током	1	www.school-collection.edu.ru , www.fcior.edu.ru
12.	Как защититься от насекомых	1	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи www.school-collection.edu.ru

13.	Предосторожности при обращении с животными	1	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи www.school-collection.edu.ru
14.	Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом	2	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи www.school-collection.edu.ru звукозаписи, аудиокниги, различные символные объекты и деловая графика, текстовые бумаги, фото, видеофрагменты
15.	Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении	2	www.school-collection.edu.ru , www.fcior.edu.ru
16.	Первая помощь при травмах	3	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи www.school-collection.edu.ru
17.	Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос	1	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи www.school-collection.edu.ru
18.	Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек	1	Электронный учебник, презентация, интерактивные уроки, звукозаписи www.school-collection.edu.ru звукозаписи, аудиокниги, различные символные объекты и деловая графика, текстовые бумаги, фото, видеофрагменты
19.	Как уберечься от порезов, ушибов, переломов	1	www.school-collection.edu.ru , www.fcior.edu.ru
20.	Сегодняшние заботы медицины	3	www.school-collection.edu.ru , www.fcior.edu.ru

**Календарно-тематическое планирование внеурочного курса
«Азбука здоровья» на 2024/25 учебный год 2 класс**

Дата проведения		№ урока	Наименование разделов, тем	Количество часов	Тип урока
План	Факт				
1 четверть (8 ч)					
Почему мы бодем					
02.09		1	Причины болезни	1	Изучение нового материала
09.09		2	Признаки болезни	1	Комбинированный
16.09		3	Как здоровье?	1	Комбинированный
Кто и как предохраняет нас от болезней					
23.09		4	Как организм помогает сам себе	1	Изучение нового материала
30.09		5	Здоровый образ жизни Тестирование	1	Комбинированный (ВП «Школьный урок»)
Кто нас лечит					
07.10		6	Какие врачи нас лечат		Комбинированный
Прививки от болезней					
14.10		7	Инфекционные болезни	1	Комбинированный
21.10		8	Прививки от болезней	1	Комбинированный (ВП «Школьный урок»)
2 четверть (9 ч)					
Что нужно знать о лекарствах					
11.11		9	Какие лекарства мы выбираем	1	Комбинированный
18.11		10	Домашняя аптечка	1	Комбинированный
Как избежать отравлений					
25.11		11	Отравление лекарствами	1	Изучение нового материала
28.11		12	Пищевые отравления	1	Комбинированный
Безопасность при любой погоде					
02.12		13	Если солнечно и жарко	1	Изучение нового материала
09.12		14	Если на улице дождь и гроза	1	Комбинированный (ВП «Школьный урок»)
Правила безопасности поведения в доме, на улице, в транспорте					
16.12		15	Опасность в нашем доме	1	Изучение нового материала
23.12		16	Как вести себя на улице. Тестирование	1	Комбинированный (ВП «Школьный урок»)
Правила поведения на воде					
30.12		17	Вода - наш друг	1	Комбинированный
3 четверть (8 ч)					
Правила обращения с огнем					

13.01		18	Чтобы огонь не причинил вреда	1	Комбинированный (ВП «Школьный урок»)
Как уберечься от поражения электрическим током					
20.01		19	Чем опасен электрический ток	1	Изучение нового материала
Как уберечься от порезов, ушибов, переломов					
27.01		20	Травмы	1	Изучение нового материала
Как защититься от насекомых					
03.02		21	Укусы насекомых	1	Комбинированный
Предосторожности при обращении с животными					
10.02		22	Что мы знаем про собак и кошек	1	Комбинированный (ВП «Школьный урок»)
Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом					
17.02		23	Отравление ядовитыми веществами	1	Комбинированный
03.03		24	Отравление угарным газом	1	Комбинированный
Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении					
17.03		25	Как помочь себе при перегревании и тепловом ударе	1	Изучение нового материала
4 четверть (9 ч)					
Первая помощь при травмах					
31.03		26	Как уберечься от мороза.	1	Изучение нового материала
07.04		27	Растяжение связок и вывих костей	1	Изучение нового материала
14.04		28	Переломы	1	Изучение нового материала
21.04		29	Если ты ушибся или порезался	1	Изучение нового материала
28.04		30	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело	1	Изучение нового материала
Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек					
05.05		31	Укусы насекомых, змей	1	Комбинированный
Сегодняшние заботы медицины					
12.05		32	Расти здоровым	1	Изучение нового материала
19.05		33	Я выбираю движение. Итоговое контрольное тестирование	1	Проверка изученного материала
26.05		34	Воспитавай себя	1	Комбинированный (ВП «Школьный урок»)

Контрольно-измерительный инструментарий

Тест: «Как ваше здоровье?»

1. Пожалуй, самое эффективное средство профилактики простудных заболеваний – это:
 - a) Горячий чай
 - b) Мытьё рук
 - c) Фрукты и овощи
2. От чего НЕЛЬЗЯ заболеть простудой?
 - a) Если у вас плохое настроение
 - b) Если вы очень активно занимаетесь спортом
 - c) Если вы спите меньше 7 часов в сутки
 - d) Здесь нет правильного ответа
3. Какая температура считается нормой?
 - a) 35°
 - b) 37,6°
 - c) 36,6°
 - d) 38°
4. В каких продуктах содержится больше всего витаминов?
 - a) В фруктах и овощах
 - b) В конфетах
 - c) В крупах
 - d) В мясе и рыбе
5. Препараты, созданные для лечения симптомов заболеваний – это:
 - a) Витамины
 - b) Вафли
 - c) Таблетки
 - d) Леденцы

Итоговый контрольный тест

1. Как передаются кишечные заболевания?
 - a) по воздуху
 - б) с пищей
 - в) с грязными руками
2. Назвать предметы личной гигиены.
 - a) зубная щётка

- б) плечики
 - в) мыло
3. **Как правильно чистить зубы?**
- а) Чистить зубы надо только с наружной стороны, а с внутренней-достаточно провести языком.
 - б) У каждого должна быть своя собственная щетка; чужой щеткой пользоваться нельзя.
 - в) Наружную сторону зубов надо чистить движениями «вверх-вниз».
4. **Из чего состоит наша пища?**
- а) белки
 - б) углеводы
 - в) молоко
5. **Из каких злаковых растений делают муку?**
- а) рожь
 - б) пшеница
 - в) сорняки
6. **Назови продукты растительного происхождения?**
- а) крупа
 - б) колбаса
 - в) сыр
7. **Какой продукт лишний?**
- а) хлеб
 - б) подсолнечное масло
 - в) сыр
8. **Что можно употреблять в пищу?**
- а) белый гриб
 - б) ягоды
 - в) мухомор
9. **Когда мы с удовольствием едим холодные первые блюда?**
- а) осенью
 - б) зимой
 - в) летом
10. **В жаркое время года какую воду лучше всего пить?**
- а) простую из - под крана
 - б) минеральную столовую
 - в) минеральную лечебную
11. **Из каких продуктов можно приготовить сок?**
- а) томат
 - б) черная смородина
 - в) огурец
12. **Что приготовлено из зерна?**
- а. а) каша
 - б. б) булочка

- с. в) мёд
13. **Что получают из молока?**
а) сметану
б) масло
в) сок
14. **После вкусного обеда:**
а) отдохнуть
б) устроить соревнования
в) заняться плаванием
15. **Назови рыбы:**
а) щука
б) лещ
в) тюлень
16. **Из каких продуктов можно приготовить уху?**
а) рыба
б) картошка
в) свекла
17. **Курите ли Вы?**
а) нет
б) да, но лишь 1-2 сигареты в день.
в) курите по целой пачке в день.
18. **Употребляете в пищу:**
а) много масла, яиц, сливок;
б) мало фруктов и овощей
в) много сахара, пирожных, варенья
19. **Пьёте ли вы кофе?**
а) очень редко
б) пьёте, но не больше 1-2 чашек в день
в) пьёте очень много
20. **Регулярно ли вы делаете зарядку?**
а) да, для вас это необходимо
б) не всегда удастся себя заставить
в) нет, не делаете
21. **Вам доставляет удовольствие ходить в школу?**
а) да, вы идёте с удовольствием
б) школа вас устраивает
в) вы идёте без особой охоты.