

**Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение  
«Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3»**

СОГЛАСОВАНА Заместитель директора по УР КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3»  Я.В. Яковлева 29.08.2024 г.	УТВЕРЖДАЮ Директор КГБОУ «Барнаульская общеобразовательная школа – интернат № 3» Для документов Зенич Принят № 133 от 29.08.2024 г. 	Рассмотрена на заседании Педагогического Совета ОУ Протокол № 1 29.08.2024 г.
--	---	--

**Рабочая программа внеурочной деятельности в 3 классе**

Адаптированная основная общеобразовательная программа  
образования обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями) (1 вариант)

Учитель: Нянькина Н.Н.

2024/2025 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*Основными задачами обучения чтению являются:* научить детей читать доступный их пониманию текст вслух и про себя, осмысленно воспринимать прочитанное. У учащихся формируется навык сознательного, правильного, беглого и выразительного чтения.

Для чтения подбираются произведения народного творчества, классиков русской и зарубежной литературы. Тематика произведений для чтения подобрана с учетом максимального развития познавательных интересов детей, расширения их кругозора, воспитания нравственных качеств.

Совершенствование техники чтения осуществляется последовательно. Постоянное внимание следует уделять формированию навыка правильного чтения. Постоянное внимание следует уделять формированию навыка правильного чтения, которым умственно отстающие учащиеся в силу особенностей психического развития овладевают с большим трудом, что затрудняет понимание содержания прочитанного.

Беглое чтение, т. е. плавное, в темпе разговорной речи чтение вслух, формируется постепенно. В 3 классе навык беглого чтения совершенствуется. Одновременно с овладением чтением вслух школьники учатся читать про себя. Систематическая работа по обучению чтению про себя начинается с 3 класса.

Систематическое формирование выразительного чтения начинается в 3 классе с перехода на чтение целыми словами.

Усвоение содержания читаемого осуществляется в процессе анализа произведений. При этом очень важна система работы по установлению причинно-следственных связей и закономерностей, так как этот вид деятельности имеет огромное коррекционное значение.

Учитель в процессе обучения чтению должен уделить особое внимание работе с иллюстративным материалом как одним из эффективных средств формирования познавательной деятельности учащихся и коррекции недостатков их развития.

Развитие устной речи. Большое внимание на уроках чтения уделяется развитию связной устной речи. Учащиеся овладевают правильным, полным и последовательным пересказом в процессе систематической работы, направленной на понимание содержания произведений, обогащение и уточнение словарного запаса, обучение правильному построению предложений, и в процессе упражнений в воспроизведении прочитанного. С этой целью в младших классах в зависимости от сложности текста используются вопросы, готовый или коллективно составленный план, картинный план.

Внеклассное чтение ставит задачу начала формирования читательской самостоятельности у учащихся: развития у них интереса к чтению, знакомства с лучшими, доступными их пониманию произведениями детской литературы, формирования навыков самостоятельного чтения книг, читательской культуры; посещения библиотеки; умения выбирать книгу по интересу.

### **Цели, задачи и особенности преподавания курса:**

1. Осознанное, правильное чтение текста вслух целыми словами после работы над ним под руководством учителя. Слоговое чтение трудных по смыслу и слоговой структуре слов.
2. Соблюдение при чтении знаков препинания и нужной интонации.
3. Чтение про себя простых по содержанию текстов.
4. Ответы на вопросы, о ком или о чем говорится в прочитанном тексте.
5. Понимание и объяснение слов и выражений, употребляемых в тексте.
6. Установление связи отдельных мест текста, слов и выражений с иллюстрацией.
7. Подведение учащихся к выводам из прочитанного, сравнение прочитанного с опытом детей и с содержанием другого знакомого текста.
8. Деление текста на части с помощью учителя и коллективное придумывание заголовков к выделенным частям; составление картинного плана; рисование словарных картин.

9. Подробный пересказ содержания прочитанного рассказа или сказки.
10. Чтение диалогов. Драматизация простейших оценок из рассказов и сказок.
11. Самостоятельная работа по заданиям и вопросам, помещенным в книге для чтения.
12. Разучивание в течение года небольших по объему стихотворений, чтение их перед классом.
13. Подготовка учеников к формированию читательской самостоятельности: стимуляция интереса к детским книгам, навыка работы с классной библиотечкой и постепенный переход к пользованию школьной библиотекой.
14. Чтение доступных детских книжек. Ответы на вопросы по содержанию прочитанного и объяснение иллюстраций.

#### **Задачи коррекционной работы:**

1. Развитие образного, наглядно-образного и словесно-логического мышления.
2. Совершенствование кратковременного запоминания и оперативного воспроизведения образов памяти.
3. Развитие умения планирования схемы высказывания.
4. Развитие ситуационной, планирующей или отвлеченной речи.
5. Накопление речевых средств (лексика, грамматика), различных форм общения (диалогическая, монологическая ситуативно-контекстная речь).
6. Коррекция фонетико-фонематической и лексико-грамматической речи.
7. Развитие фонематического слуха, совершенствование операций звуко-слогового анализа и синтеза.
8. Развитие словаря, фразовой речи, умения правильно и быстро подбирать необходимое слово, наиболее полно и адекватно выражающее мысль.
9. Формирование пространственных представлений о предметах и явлениях окружающей действительности.
10. Развитие умения адекватной самооценки.
11. Развитие зрелости эмоциональных и волевых процессов.
12. Обучение упорядочиванию своих поступков и поведения.
13. Компенсация и коррекция нарушенных функций.

#### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Достигнутый уровень усвоения информации определяется не только системой опроса учащихся, но и по их реальному поведению на дороге, а также при самостоятельном разборе различных проблемных ситуаций.

В процессе изучения программы у второклассников будут сформированы:

личностные УУД:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к учёбе;
- установка на здоровый образ жизни;
- способность к самооценке

регулятивные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- способность принимать и сохранять цели предстоящей учебной деятельности, поиска способов её осуществления;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- устанавливать причинно-следственные связи

познавательные УУД:

- осуществлять анализ объекта с выделением существенных и несущественных признаков;

- проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;
- отвечать на простые и сложные вопросы учителя, самим задавать вопросы, находить нужную информацию в разных источниках;
- подробно пересказывать прочитанное или прослушанное, составлять простой план;

- наблюдать и делать самостоятельные простые выводы

коммуникативные УУД:

- участвовать в диалоге; слушать и понимать других, высказывать свою точку зрения на события, поступки;

- оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций;

- читать вслух и про себя тексты учебников, других художественных и научно-популярных книг, понимать прочитанное;

- сотрудничать в группе при совместном решении проблемы (задачи);

- не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций

предметные УУД:

*учащиеся должны знать*

- ПДД, дорожные знаки, сигналы светофора;

- основные правила пожарной безопасности;

- правила безопасного поведения на улице, в общественных местах, в чрезвычайной ситуации;

- название, назначение и расположение дорожных знаков;

- нахождение и назначение проезжей части, тротуара, обочины и остановок

общественного транспорта;

- условия, обеспечивающие пешеходу безопасный переход дороги;

- опасные и безопасные для пешеходов участки дорог в микрорайоне или городе в

целом;

- значение сигналов светофора для транспорта и пешеходов;

- виды перекрёстков;

- последовательность возникновения огня и степень опасности;

- правила опасного и безопасного использования огня в быту;

- причины возникновения и способы избегания пожаров;

- технику безопасности при использовании электроприборов и новогодних петард.

*должны уметь*

- выбирать безопасные места и определять условия, обеспечивающие безопасность при переходе проезжей части дороги;

- определять виды перекрёстков в районе расположения школы, дома;

- пользоваться общественным транспортом, выполняя правила безопасного поведения пассажиров при входе, выходе и во время движения, находясь в салоне общественного транспорта;

- выполнять условия, обеспечивающие безопасность, на остановке маршрутных транспортных средств;

- применять правила безопасного поведения на практике;

- оценивать ситуацию как опасную или безопасную;

- обеспечить условия для безопасного использования электроприборами.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
<b><i>I ЧЕТВЕРТЬ</i></b>			
<b>О школе и школьниках</b>			
1.	Соблюдение при чтении знаков препинания и нужной интонации. В.Суслов «Весёлый звонок».	1	06.09
2.	Ответы на вопросы, о ком или о чем говорится в прочитанном тексте. С. Погореловский «Отчего краснеют буквы».	1	13.09
3.	Понимание и объяснение слов и выражений, употребляемых в тексте. И.Дик «Тяп-ляп».	1	20.09
4.	Ответы на вопросы, о ком или о чем говорится в прочитанном тексте. В.Голявкин «Не везёт».	1	27.09
<b>Листьям – время опадать</b>			
5.	Соблюдение при чтении знаков препинания и нужной интонации. К.Бальмонт «Осень».	1	04.10
6.	Слоговое чтение трудных по смыслу и слоговой структуре слов. По С.Багрову «Поспела брусника».	1	11.10
7.	Чтение про себя простых по содержанию текстов. В.Орлов «Осеннее наступление».	1	18.10
8.	Осознанное, правильное чтение текста вслух целыми словами после работы над ним под руководством учителя. По К.Паустовскому «Первый снег».	1	25.10
<b><i>II ЧЕТВЕРТЬ</i></b>			
<b>Верные помощники</b>			
1.	Ответы на вопросы, о ком или о чем говорится в прочитанном тексте. Украинская сказка «Овечка и волк».	1	08.11
2.	Подведение учащихся к выводам из прочитанного. В.Бианки «Кошкин питомец».	1	15.11
3.	Деление текста на части с помощью учителя и коллективное придумывание заголовков к выделенным частям. Русская сказка «Собака и волк».	1	22.11
4.	Осознанное, правильное чтение текста вслух целыми словами после работы над ним под руководством учителя. По Г.Снегирёву «Верблюжья варежка».	1	29.11
<b>Крылатые друзья</b>			

5.	Подробный пересказ содержания прочитанного рассказа. По Н.Коростылёву «Наша Галя».	1	06.12
6.	Ответы на вопросы, о ком или о чем говорится в прочитанном тексте. По А.Баркову «Внезапное открытие».	1	13.12
7.	Подведение учащихся к выводам из прочитанного, сравнение прочитанного с опытом детей. С.Чёрный «Что ты тискаешь утёнка?»	1	20.12
8.	Деление текста на части с помощью учителя и коллективное придумывание заголовков к выделенным частям. По Н.Сладкову «Говорящие яички».	1	27.12
<b>III ЧЕТВЕРТЬ</b>			
<b>Здравствуй, зимушка-зима!</b>			
1.	Понимание и объяснение слов и выражений, употребляемых в тексте. И.Бунин «Первый снег».	1	10.01
2.	Подробный пересказ содержания прочитанного рассказа. По Р.Погодину «Неприятностей не оберёшься».	1	17.01
3.	Ответы на вопросы, о ком или о чем говорится в прочитанном тексте. По Ю.Ковалю «Снегири и коты».	1	24.01
4.	Подведение учащихся к выводам из прочитанного, сравнение прочитанного с опытом детей. В.Осеева «На катке».	1	31.01
5.	Понимание и объяснение слов и выражений, употребляемых в тексте. О.Высотская «Пришла зима с морозами».	1	07.02
6.	Соблюдение при чтении знаков препинания и нужной интонации. В.Орлов «Снежная баба».	1	14.02
<b>Сказочные истории</b>			
7.	Подробный пересказ содержания прочитанного рассказа. Таджикская сказка «Три арбузных семечка».	1	21.02
8.	Деление текста на части с помощью учителя и коллективное придумывание заголовков. Английская сказка «Дочка пекаря».	1	28.02
9.	Подробный пересказ содержания прочитанного рассказа или сказки. Литовская сказка «Алмазный топор».	1	07.03
10.	Подведение учащихся к выводам из прочитанного, сравнение	1	14.03

	прочитанного с опытом детей. Дагестанская сказка «Львиная доля».		
11.	Установление связи отдельных мест текста, слов и выражений с иллюстрацией. Латышская сказка «В шутку едим, в шутку работаем».	1	21.03
<b>IV ЧЕТВЕРТЬ</b>			
<b>Настали дни весенние</b>			
1.	Осознанное чтение текста вслух целыми словами после работы над ним под руководством учителя. По Л.Толстому «Солнце – тепло».	1	04.04
2.	Подробный пересказ содержания прочитанного рассказа или сказки. По А.Баркову «Берёзовый сок».	1	11.04
3.	Деление текста на части с помощью учителя и коллективное придумывание заголовков к выделенным частям. К.Ушинский «Пчёлки на разведках».	1	18.04
<b>Летняя пора</b>			
4.	Ответы на вопросы, о ком или о чем говорится в прочитанном тексте. Л.Толстой «Какая бывает роса на траве».	1	25.04
5.	Установление связи отдельных мест текста, слов и выражений с иллюстрацией. В.Голявкин «Ника на даче».	1	16.05
6.	Чтение диалогов, драматизация простейших сценок. Е.Пермяк «Удачливый рыбак».	1	23.05

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по коррекционному курсу «Ритмика» составлена в соответствии с:

- Федеральным законом РФ " Об образовании в РФ" №273-ФЗ. от 29.12. 2012г.
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
- Примерной адаптированной основной образовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
- Адаптированной основной образовательной программой образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) образовательной организации.
- Учебным планом образовательной организации;
- Календарным учебным графиком образовательной организации.

### Общая характеристика коррекционного курса

**Цель** коррекционных занятий по ритмике – осуществление коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых школьников средствами музыкально - ритмической деятельности.

В программу по ритмике включены здоровьесберегающие технологии, формирующие компетенцию здоровьесбережения и самосовершенствования. Эти технологии помогают быстро и легко устанавливать дружеские связи с другими детьми. Дают психотерапевтический эффект:

- Эмоциональную разрядку
  - Снятие умственной перегрузки
  - Снижение нервно – психического напряжения
  - Восстановления положительного энергетического тонуса
- Основными **задачами** занятий по ритмике являются:
- развитие двигательных навыков и умений, развитие координации движений, формирование правильной осанки, красивой походки;
  - обогащение двигательного опыта обучающихся разнообразными видами движений;
  - расширение кругозора школьников через знакомство с музыкальной культурой (классической, народной, современной музыкой) и музыкальными инструментами;
  - создание условий для творческого самовыражения ребёнка, учитывая индивидуальные возможности;
  - формирование у детей эмоциональную отзывчивость на музыкальные произведения;
  - коррекция высших психических функций, коррекция моторно-двигательной сферы.

Решение поставленных задач имеет большое значение для коррекции недостатков психофизического развития обучающихся с особыми образовательными потребностями, их познавательных возможностей и интересов.

### Содержание коррекционного курса «Ритмика»

Проведение коррекционных занятий ритмики обусловлено необходимостью осуществления коррекции недостатков психического и физического развития умственно отсталых детей средствами музыкально-ритмической деятельности.

Специфические средства воздействия на обучающихся, свойственные ритмике, способствуют общему развитию младших школьников, исправлению недостатков физического развития, общей моторики, эмоционально-волевой сферы, воспитанию положительных качеств (дружелюбия, дисциплинированности, коллективизма), эстетическому воспитанию.



Содержанием работы на занятиях ритмики является музыкально-ритмическая деятельность детей. Они учатся слушать музыку, выполнять разнообразные упражнения, петь, танцевать, играть на простейших музыкальных инструментах.

В процессе выполнения специальных упражнений под музыку (ходьба цепочкой или в колонне в соответствии с заданным направлением, перестроение с образованием кругов, квадратов, «звёздочек»), движение к определённой цели между предметами) осуществляется развитие представлений обучающихся о пространстве и умении ориентироваться в нём.

Упражнения с предметами развивают ловкость. Быстроту реакции, точность движений. Упражнения с детскими музыкальными инструментами применяются для развития у детей подвижности пальцев, умению ощущать напряжение и расслабление мышц, соблюдать ритмичность и координацию движения рук. Этот вид деятельности вызывает живой эмоциональный

интерес у детей, расширяет их знания, развивает слуховое восприятие.

Движения под музыку дают возможность воспринимать и оценивать характер музыки (весёлая, грустная), развивают способность переживать содержание музыкального образа.

Программа по ритмике состоит из пяти разделов: «Упражнения на ориентировку в пространстве», «Ритмико-гимнастические упражнения», «Упражнения с детскими музыкальными инструментами», «Игры под музыку», «Танцевальные упражнения».

В каждом разделе в систематизированном виде изложены упражнения и определён их объём, а также указаны знания и умения, которым должны овладеть учащиеся. Занимаясь конкретным видом музыкально-ритмической деятельности. На каждом уроке осуществляется работа по всем пяти разделам программы в изложенной последовательности. Однако в зависимости от задач урока учитель может отводить на каждый раздел, различное количество времени, имея в виду, что в начале и конце урока должны быть упражнения на снятие напряжения, расслабление, успокоение.

Содержание первого раздела составляют упражнения, помогающие детям ориентироваться в пространстве.

Основное содержание второго раздела составляют ритмико-гимнастические упражнения, способствующие выработке необходимых музыкально-двигательных навыков, выработку координации движений.

Упражнения с детскими музыкальными инструментами рекомендуется начинать с подготовительных упражнений: сгибание и разгибание пальцев в кулаках, сцепление с напряжением, сопоставление пальцев. Задание на координацию рук лучше проводить после выполнения ритмико-гимнастических упражнений, чтобы дать возможность обучающимся отдохнуть от активной физической нагрузки.

Обучение танцам и пляскам предшествует работа по привитию навыков чёткого и выразительного исполнения отдельных движений и элементов танца. Задания этого раздела должны носить не только развивающий, но и познавательный характер. Разучивая танцы, дети знакомятся с названием танцев и их основными движениями (притопа, галоп, шаг польки, переменчивый шаг, присядка и другие).

**Структура** программы по ритмике:

- музыкально-ритмическая деятельность, которая включает в себя ритмику с элементами лечебной физкультуры, творческие задания на реализацию определённых музыкальных образов, танцевальных упражнений и композиций (тематические занятия, сюжетные занятия, игровые занятия, импровизация.)

• **Тематические занятия** состоят из подготовительной, основной и заключительной частей, на таком занятии происходит развитие гибкости, пластичности, развитию способности к выразительному исполнению движений (ходьба, бег, прыжки, общеразвивающие упражнения, плясовые движения).

• **Сюжетное занятие** проводится по заданному сценарию сказки, или

произведения *подготовительная часть* – разминка, «сказочная зарядка», *основная часть* – музыкально-ритмическая композиция, соответствующая сценарию, *заключительная часть* – развязка на достижении цели, которые были поставлены в начале урока.

• **Игровые занятия** – по структуре напоминают сюжетное занятие. Подготовительная часть – разминка, общеукрепляющие упражнения, основная часть – подвижные игры, отражающие тему урока, в заключительной части музыкально-ритмических композиции, соответствующие теме.

• **Урок - импровизация**, как правило проходит в конце учебного года. Это конкурс - соревнование –итог года, выбираем лучших танцоров, кто лучше повторит за педагогом, конкурс на лучшее исполнение танца «Кузнечик», Два весёлых гуся»

-музыкально- дидактические игры имеют коррекционную направленность, упражнения носят игровую форму.

- вокальная деятельность, представленная детским фольклором, ролевыми песнями, играми, вокально-артикуляционной гимнастикой, вокальными играми, упражнениями.

С целью укрепления психического здоровья детей, развития их эмоционально-волевой сферы на занятиях используются элементы психогимнастики, музыкальные игры на внимание, память, и другие виды ВПФ. Самое главное, чтобы ребята не теряли интерес к музыке. Все упражнения должны носить образный характер, материал - увлекательный и конечно эмоциональный настрой, эрудированный, чуткий, добрый талантливый музыкальный руководитель играет большую роль в успешности музыкального занятия.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### Планируемые личностные результаты

- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нём, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

### Планируемые предметные результаты

#### **Достаточный уровень:**

- развивать эмоциональную отзывчивость на музыку;
- замечать изменения в звучании (тихо-громко, быстро-медленно);
- выполнять легко и выразительно танцевальные движения, ориентироваться в пространстве, кружиться в парах, притопывать попеременно ногами, двигаться под музыку с предметами (платочками, листьями, флажками и т.д.);
- двигаться в соответствии двухчастной форме музыки и силе её звучания, реагировать на начало и окончание музыки;
- выразительно и эмоционально передавать игровые и сказочные образы героев (медведя, кошки, мышки, зайца и т.д.);

- выполнять несложный ритмический рисунок на детских музыкальных инструментах.

**Минимальный уровень:**

- узнавать знакомые мелодии и эмоционально реагировать на них;
- двигаться при помощи взрослого в соответствии с характером и темпом музыки;
- выполнять с помощью взрослого несложные движения под музыку: шагать, бегать, прыгать, притопывать ногой, хлопать в ладоши, поворачивать кисти рук, выполнять движения с предметами (платком, погремушкой, флажком, мячиком и т.д.).

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
I ЧЕТВЕРТЬ**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата</b>
1.	Чередование ходьбы с приседанием.	1	04.09
2.	Ходьба на носках	1	11.09
3.	Ходьба широким и мелким шагом.	1	18.09
4.	Общеразвивающие упражнения.	1	25.09
5.	Упражнения с султанчиками.	1	02.10
6.	Плясовые движения.	1	09.10
7.	Игра на металлофоне.	1	16.10
8.	Обобщающий урок.	1	23.10

**II ЧЕТВЕРТЬ**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата</b>
1.	Построение в колонны по три.	1	06.11
2.	Перестроение из большого круга в маленькие.	1	13.11
3.	Танец в парах	1	20.11
4.	Танцевальные движения по кругу с предметами.	1	27.11
5.	Исполнение различных ритмов на барабане.	1	04.12
6.	Отхлопывание различных ритмов.	2	11.12 18.12
7.	Обобщающий урок.	1	25.12

**III ЧЕТВЕРТЬ**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата</b>
1.	Построение в колонны и шеренги.	1	15.01
2.	Шаг на носках.	1	22.01
3.	Широкий и высокий бег.	1	29.01
4.	Боковой галоп.	1	05.02
5.	Приставные шаги с приседанием.	1	12.02
6.	Присядка и полуприсядка на месте.	1	19.02
7.	Поскоки парами.	1	26.02
8.	Танцевальные движения.	1	05.03
9.	Танцевальные движения.	1	12.03
10.	Обобщающий урок.	1	19.03

**IV ЧЕТВЕРТЬ**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата</b>
1.	Подвижные игры с пением.	1	02.04
2.	Движение парами по кругу.	1	09.04
3.	Шаг польки парами.	2	16.04 23.04
4.	Игра на металлофоне.	1	30.04
5.	Игра на ложках.	1	07.05
6.	Танец с игрой на ложках.	1	14.05
7.	Обобщающий урок.	1	21.05

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по ОБЖ включает в себя не только вопросы физического здоровья, но и вопросы духовного здоровья. Беседы включают вопросы гигиены, питания, закаливания, строения человека, основы ПДД, охрана жизнедеятельности человека.

Программа формирования безопасного образа жизни — комплексная программа формирования у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

Программа формирования безопасного образа жизни должна вносить вклад в достижение требований к личностным результатам освоения АООП: формирование представлений о мире в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур; овладение начальными навыками адаптации в окружающем мире; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как гражданственность, здоровье, природа, экологическая культура, безопасность человека и государства. Она направлена на развитие мотивации и готовности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) действовать предусмотрительно, придерживаться здорового и экологически безопасного образа жизни, ценить природу как источник духовного развития, информации, красоты, здоровья, материального благополучия.

**Целью программы** является социально-педагогическая поддержка в сохранении и укреплении физического, психического и социального здоровья обучающихся, формирование основ здорового и безопасного образа жизни.

### **Основные задачи программы:**

- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- формирование представлений о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности;
- формирование установок на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для обучающихся с учетом их возрастных, психофизических особенностей,
- развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- формирование негативного отношения к факторам риска здоровью обучающихся (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания);
- формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.
- формирование «личности безопасного типа», знающей основы защиты человека и общества от современного комплекса опасных факторов и умеющей применять эти знания на практике;
- воспитание гражданственности, патриотизма, ответственности перед обществом;
- изучение и освоение основ здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование»;
- ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях; изучение методов и приёмов защиты.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ФОРМИРОВАНИЯ БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

- негативное отношение к факторам риска здоровью (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания);
- ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
- элементарные представления об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов;
- установка на здоровый образ жизни и реализация ее в реальном поведении и поступках;
- стремление заботиться о своем здоровье;
- готовность следовать социальным установкам экологически культурного здоровьесберегающего, безопасного поведения (в отношении к природе и людям);
- готовность самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- овладение умениями взаимодействия с людьми, работать в коллективе с выполнением различных социальных ролей;
- развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире;
- овладение умениями ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать решения;
- знать, что относится к опасным вещам, как с ними обращаться. Сигналы оповещения, что значит «моя безопасность», какие бывают чрезвычайные ситуации. Правила поведения при возникновении пожара, навыками осторожного обращения с огнем. Действия в ситуации при пожаре, номер телефона пожарной части, ТБ со спичками, что нужно делать в первую очередь. Причины дорожно-транспортных происшествий по вине пешеходов и как этого избежать. Дисциплину на улице для человека, виды транспорта, опасность на улице. Последовательность сигналов светофора, к кому можно обратиться в случае опасности. Выбирать безопасное место и переходить дорогу только по правилам;
- уметь правильно действовать в чрезвычайных ситуациях. Правила при переходе проезжей части улицы после высадки из транспорта. Особенности движения по мокрой и скользкой дороге. Правила безопасного поведения при движении по льду водоёмов. Правила здорового образа жизни. Правила поведения в городских парках и скверах. Факторы, влияющие на здоровье. Уметь использовать приобретённые знания и умения для обогащения жизненного опыта;
- иметь представление о том, что лекарства могут оказаться полезными и вредными, в зависимости от ситуации.

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ *I ЧЕТВЕРТЬ*

№ п/п	Кол-во часов	Тема занятия	Дата
<b>БЕЗОПАСНОСТЬ НА УЛИЦЕ</b>			
1.	1	Микробы в общественных местах.	02.09
2.	1	Опасная прогулка по стройке.	09.09
3.	1	Потерялся на улице.	16.09
4.	1	Угощение от незнакомых людей.	23.09
5.	1	Осторожно, люк!	30.09
6.	1	Игры на дороге.	07.10
7.	1	Опасная находка.	14.10
8.	1	Осторожность с бездомными животными.	21.10

## *II ЧЕТВЕРТЬ*

№ п/п	Кол-во часов	Тема занятия	Дата
<b>БЕЗОПАСНОСТЬ ДОМА</b>			
1.	1	Посторонние звонки в дверь и по телефону.	11.11
2.	1	Безопасные игры на окне (балконе).	18.11
3.	1	Безопасное использование электроприборов.	25.11
4.	1	Посторонние предметы во рту.	02.12
5.	1	Опасные игры на чердаке и в подвале.	09.12
6.	1	Безопасность в лифте.	16.12
7.	1	Итоговое занятие по разделу «Безопасность дома».	23.12

## *III ЧЕТВЕРТЬ*

№ п/п	Кол-во часов	Тема занятия	Дата
<b>БЕЗОПАСНОСТЬ ЗИМОЙ</b>			
1.	1	Профилактика простуды.	13.01
2.	1	Опасность обморожения.	20.01
3.	1	Безопасность на зимних видах спорта.	27.01
4.	1	Безопасное поведение на дороге зимой.	03.02
5.	1	Безопасные игры во дворе в зимний период.	10.02
6.	1	Осторожно, скользко!	17.02
7.	1	Сосульки – это опасно!	03.03

8.	1	Новогодний салют.	17.03
----	---	-------------------	-------

***IV ЧЕТВЕРТЬ***

№ п/п	Кол-во часов	Тема занятия	Дата
<b>БЕЗОПАСНОСТЬ НА ПРИРОДЕ</b>			
1.	1	Потерялся в лесу.	07.04
2.	1	Ядовитые растения.	14.04
3.	1	Опасность насекомых.	21.04
4.	1	Безопасное поведение на воде.	28.04
5.	1	Опасность солнечного удара.	05.05
6.	1	Как избежать пищевых отравлений.	12.05
7.	1	Летний травматизм.	19.05