

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ИРКУТСКОГО РАЙОННОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ОЕКСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

**РАССМОТРЕНО**

Рассмотрено на заседании  
МО классных  
руководителей  
\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
N1 от «30» августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по  
ВР  
\_\_\_\_\_/Черных О.Н./  
«31» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МОУ ИРМО  
«Оекская СОШ»  
\_\_\_\_\_/Гыртышная О.П./  
Приказ N 186 от «31»  
августа 2023 г.

Аннотация к рабочим программам по внеурочной деятельности коррекционно –  
развивающая область  
«Знайка и умейка» для обучающихся с ОВЗ 5-6 классов на 2023-2024 учебный год

## Аннотация к рабочей программе курса внеурочной деятельности «Знайка и умейка»

Программа «Знайка и умейка» (*Коррекционно-развивающая область (коррекционные занятия)*) как учебный предмет входит в число ведущих, так как от его усвоения во многом зависит успешность всего школьного обучения. Программа имеет социальную и спортивно-оздоровительную, общеразвивающую направленность и реализуется через коррекционное занятие «Знайка и умейка». Коррекционное занятие направлено на приобретение обучающимися соответствующих знаний, которые способствуют формированию у них здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к ПАВ.

В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. 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.

*Цель программы:* Создать условия для формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

*Задачи программы:*

*Обучающие:*

- Развитие познавательного интереса к здоровому образу жизни, приобретение определенных знаний, умений, способствующих к осуществлению оздоровительной деятельности, формированию своего здоровья;
- Развитие двигательных способностей.
- Обучение элементарным навыкам эмоциональной разгрузки – релаксации.
- Формирование представлений о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности.
- Формирование установок на здоровое питание.
- Пропаганда физической культуры и спорта, приобщение подростков к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом, к активному отдыху.
- Привитие гигиенических навыков обучающихся.

*Воспитательные:*

- Формирование мотивационной сферы гигиенического поведения, навыков здорового образа жизни;
- Формирование знаний о негативных факторах риска здоровью.
- Формирование у детей и подростков представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни.
- Формирование навыков позитивного коммуникативного общения.
- Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
- Содействие сохранению здоровья обучающихся.
- Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

*Развивающие:*

- Развивать самостоятельность, ответственность, активность, аккуратность; формирование потребности в обеспечении физического и психического саморазвития.

Программа направлена на формирование инициативности, самостоятельности, наблюдательности, любознательности, находчивости и умение работать в коллективе. В основу программы заложены следующие основные педагогические принципы:

- Принцип сознательности – нацеливает на формирование у обучаемых глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности.

- Принцип систематичности и последовательности – проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков. Система подготовительных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала.

- Систематически проводимые формы организации познавательной деятельности в сочетании со здоровьесберегающими мероприятиями приучат учащихся постоянно соблюдать оздоровительно воспитательный режим.

- Принцип повторения знаний, умений и навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы. Характер элементов деятельности пожелает проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приёмов, в различных формах заданий.

- Принцип постепенности. Стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для формирования здоровьесберегающих условий всестороннего образования ребёнка.

- Принцип индивидуализации осуществляется на основе закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности учащихся, педагог всесторонне развивает каждого ребёнка, планирует и прогнозирует его развитие. С учётом уровня индивидуальной подготовленности ученика, его двигательных способностей и состояния здоровья, намечают пути совершенствования умений и навыков.

- Принцип непрерывности выражает закономерности построения педагогики оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха.

- Принцип цикличности способствует упорядочению процесса педагогики оздоровления. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность обучающегося к каждому последующему этапу обучения.

- Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей учащихся является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий.

- Принцип наглядности – обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств к процессу познания. Принцип наглядности направлен для связи чувственного восприятия с мышлением.

- Принцип активности – предполагает в учащихся высокую степень подвижности, самостоятельности, инициативы и творчества.

- Принцип всестороннего и гармонического развития личности. Содействует развитию психофизических способностей, знаний, умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее – физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое – развитие личности ребёнка.

- Принцип оздоровительной направленности решает задачи укрепления здоровья школьника.

- Принцип формирования ответственности у учащихся за своё здоровье и здоровье окружающих людей.

В процессе изучения коррекционного занятия «Знайка и умейка» у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) формируются базовые учебные действия (БУД). БУД обеспечивает становление учебной деятельности ребенка с умственной отсталостью в основных ее соответствующих: познавательной, регулятивной, коммуникативной, личностной.

Регулятивные учебные действия:

- Планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- Умение соотносить то, что уже известно, с тем, что ещё неизвестно. В сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- Различать допустимые и недопустимые формы поведения;
- Умение соотносить то, что уже известно, с тем, что ещё неизвестно. В сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;
- В сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи. Получить возможность научиться проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- В сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи. Получить возможность научиться проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.

Познавательные учебные действия:

- Делать предварительный отбор источников информации: ориентироваться в учебнике (на развороте, в оглавлении, в словаре).
- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя учебник, свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
- Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков, схем); находить и формулировать решение задачи с помощью простейших моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).
- Средством формирования этих действий служит учебный материал и задания учебника, ориентированные на линии развития средствами предмета.

Коммуникативные учебные действия:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).
- Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах (в приложении представлены варианты проведения уроков).

Личностные учебные действия:

- Формировать учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу;
- Формирование установки на здоровый образ жизни;
- Формирование адекватной и позитивной самооценки;

- Представление о правилах поведения для сохранения своего здоровья. Умение строить рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.

На изучение курса «Знайка и умейка» на уровне основного общего образования отводится 68 часов: в 5 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 6 классе – 34 часа (1 час в неделю). Форма организации внеурочной деятельности: внеурочная деятельность. Срок реализации программы 2 года.

#### *Содержание программы внеурочной деятельности «Знайка и умейка»*

5 класс:

«Здоровый образ жизни, что это?» Личная гигиена. В гостях у Мойдодыра. «Остров здоровья». Игра «Смак». Правильное питание – залог физического и психологического здоровья. Вредные микробы. Что такое здоровая пища и как её приготовить. «Чудесный сундучок». Труд и здоровье. Наш мозг и его волшебные действия. День здоровья «Хочу остаться здоровым». Солнце, воздух и вода наши лучшие друзья. Беседа — Как сохранять и укреплять свое здоровье. Экскурсия «Природа – источник здоровья». «Моё здоровье в моих руках». Мой внешний вид – залог здоровья. «Доброречие». Спектакль С. Преображнский «Капризка». «Бесценный дар- зрение». Гигиена правильной осанки. «Спасатели , вперёд!». Шарль Перро «Красная шапочка». Движение это жизнь. День здоровья «Дальше, быстрее, выше». «Разговор о правильном питании» Вкусные и полезные вкусности. Мир моих увлечений. Вредные привычки и их профилактика. Добро лучше , чем зло, зависть, жадность. Кукольный спектакль А.С.Пушкин «Сказка о рыбаке и рыбке». В мире интересного. Я и опасность. Лесная аптека на службе человека. Игра «Не зная броду, не суйся в воду». Чему мы научились и чего достигли.

6 класс:

«Здоровье и здоровый образ жизни». Правила личной гигиены. Физическая активность и здоровье. Как познать себя. Питание необходимое условие для жизни человека. Здоровая пища для всей семьи. Как питались в стародавние времена и питание нашего времени. Секреты здорового питания. Рацион питания. Рацион питания «Богатырская силушка». Домашняя аптечка. «Мы за здоровый образ жизни». Марафон «Сколько стоит твоё здоровье». «Береги зрение с молодю». Как избежать искривления позвоночника. Отдых для здоровья. Подвижные игры. «Мы здоровьем дорожим – соблюдая свой режим». «Класс не улица ребята И запомнить это надо!». Кукольный спектакль «Спешите делать добро». Физическая активность и здоровье. Подвижные игры. Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься. День здоровья «За здоровый образ жизни». Кукольный спектакль. Размышление о жизненном опыте. Вредные привычки и их профилактика. Школа и моё настроение. Что в мире интересного? Я и опасность. Игра «Мой горизонт». Гордо реет флаг здоровья. «Умеете ли вы вести здоровый образ жизни».

**Учебное электронное книгоиздание** Федеральный совет по учебникам Министерства образования и науки РФ. <http://fsu.edu.ru/p1.html>

Каталог учебников, оборудования, электронных ресурсов

<http://ndce.edu.ru/> Издательский дом "Первое сентября"

<http://1september.ru/>

Издательство "АСТ" <http://www.ast.ru/>

Издательство "Детская литература" <http://www.detlit.ru/>

Издательство "Просвещение" <http://www.prosv.ru/>

Издательство "Учитель" <http://www.uchitel-izd.ru/>

### **Образовательная электронная пресса**

Газета "Первое сентября" <http://ps.1september.ru/>

Газета "Учительская газета" <http://www.ug.ru/>

Электронные библиотеки, словари

Мега энциклопедия Кирилла и Мефодия <http://www.megabook.ru/>

Рубрикон: энциклопедии, словари, справочники <http://www.rubricon.com/>

Универсальный справочник-энциклопедия All-in-One <http://www.sci.aha.ru/ALL/>

### **Ресурсы для учителя и родителей**

Викиучебник (открытые книги) <http://ru.wikibooks.org/wiki/>

Всероссийский интернетпедсовет <http://pedsovet.org/>

Сайт для учителей Завуч.инфо <http://www.zavuch.info>

/Сеть творческих учителей <http://www.it-n.ru/>

### **Интернет-ресурсы**

Перечень электронных образовательных ресурсов:

Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов <http://schoolcollection.edu.ru/>

Российский общеобразовательный портал <http://www.school.edu.ru/>

Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов <http://fcior.edu.ru/>

Федеральный портал "Информационно-коммуникативные технологии в образовании"

<http://www.ict.edu.ru/>