

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Анжеро-Судженского городского округа
«Основная общеобразовательная школа № 8»**

Приложение к АООП НОО учащихся с
ОВЗ (с ЗПР. Вариант 7.2)
Приказ от 01.09.2020г. № 151

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Гармония»
(для обучающихся с ОВЗ, вариант 7.2.)**

Направление: спортивно-оздоровительное

Срок реализации: до 4-ёх лет

Разработчик программы:

Артюхова Е.В., социальный педагог

Анжеро-Судженск

2020

Содержание

1	Результаты освоения курса внеурочной деятельности	3
2	Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности	4
3	Тематическое планирование	16

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

1.1. Личностные результаты:

- 1) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 2) принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 3) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 4) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

1.2. Метапредметные результаты:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, коллективного поиска средств их осуществления;
- 2) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 3) формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 4) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- 5) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- 6) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1-ый год реализации

Русские народные подвижные игры

Игры на внимание

Развиваем устойчивое внимание, способность контролировать свои действия. Первые шаги. Внимание к звукам.

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Игры с бегом

Развиваем ловкость и быстроту реакции. Игры: Берегись! Гуси-лебеди.

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Игры с мячом

Развиваем меткость, координацию движений, быстроту реакции. Игра: Мячик кверху.

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Игры малой подвижности

Упражняем в беге в естественных условиях, тренируем внимание. Малоподвижные игры: Краски. Колечко.

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Игры-эстафеты

Развиваем умение действовать в команде. Игра-эстафета «Мяч сквозь обруч».

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Уроки здоровья

Я и школа

Знакомство. Как взаимодействовать и контактировать друг с другом, с учителями в стенах школы. Мои интересы и здоровье.

Формы организации: беседа, игра

Виды деятельности: познавательная, игровая

Что такое здоровье?

Здоровье, от чего оно зависит. Основные факторы здоровья и их взаимосвязь. Основные правила личной гигиены: умывание, чистые руки, носовой платок, чистые зубы, баня, душ.

Формы организации: беседа, игра, практикум

Виды деятельности: познавательная, игровая, практическая

Мир вокруг и я

Как я воспринимаю этот окружающий мир. Органы зрения, слуха, осязания, обоняния и вкуса. Органы чувств у животных. Нервная система, зачем она человеку. Основные качества личности (эмоции, душевные качества, деловые качества, образованность).

Формы организации: дидактическая игра, беседа

Виды деятельности: игровая, познавательная

Дыхание и жизнь

Дыхание - основное свойство всего живого. Чистый воздух — это здоровье. Дыхательные упражнения. Чистый воздух и инфекционные болезни.

Формы организации: беседа, практикум

Виды деятельности: познавательная, практическая

Хотим быть здоровыми — действуем!

Знаешь, как быть здоровым, — расскажи своим близким. Помоги другим советом, добрым делом, своими знаниями. Знакомые и незнакомые люди. Стоит ли очень доверять незнакомым людям?

Формы организации: беседа, творческая мастерская

Виды деятельности: познавательная, проблемно-ценностное общение, художественно-творческая деятельность

Правила дорожного движения

История ПДД

Учусь читать дорожные знаки. Знакомство с дорожными знаками: светофорное регулирование, «осторожно дети», остановка, пункт питания и др. Школа пешехода: правила движения по дороге, тротуару, пользование телефоном во время движения и др.

Формы организации: дидактическая игра, беседа

Виды деятельности: игровая, познавательная

Дорожные знаки

Учимся соблюдать правила дорожного движения. Как вести себя на нерегулируемом перекрёстке.

Формы организации: деловая игра, беседа

Виды деятельности: игровая, познавательная

Дорожная разметка

Элементы улиц и дорог. Элементы дороги в городе: тротуар, проезжая часть, поребрик, их назначение. Элементы дороги за городом: проезжая часть, обочина и кювет. Правила движения по разным дорогам.

Формы организации: беседа, практикум

Виды деятельности: познавательная, практическая

Безопасность и защита человека в ЧС

Безопасность в доме

Особенности обеспечения безопасности современного жилища: что такое «умный дом». Безопасность в доме: можно ли открывать окна без родителей, можно ли пользоваться спичками, зажигалками самостоятельно, правила пользования острыми предметами и др.

Формы организации: беседа, инсценирование

Виды деятельности: познавательная, художественно-творческая деятельность

Личная безопасность на улице

Будьте внимательны на дорогах. Запрещённые действия на дорогах: игры на дорогах, катание на велосипедах и самокатах, использование наушников и др.

Формы организации: беседа, экскурсия

Виды деятельности: познавательная

Безопасность в общественном месте

Поездка на автобусе и троллейбусе. Как правильно входить и выходить из транспорта? Как заранее подготовиться к выходу из транспорта? Можно ли пользоваться телефоном в транспорте?

Формы организации: деловая ситуационная игра, беседа

Виды деятельности: игровая, познавательная

Пожарная безопасность

Огонь – друг и враг человека. Правила поведения при пожаре. Важный номер – 01, 101

Формы организации: беседа, инсценирование

Виды деятельности: познавательная, художественно-творческая

Безопасность на природе

Правила безопасного поведения в лесу: ходить в лес только со взрослыми, обязательно взять с собой заряженный мобильный телефон, покидать лес до заката, брать с собой запас еды и воды и др.

Формы организации: кинозал, беседа

Виды деятельности: познавательная

2-ой год реализации

Русские народные подвижные игры

Игры, приучающие ценить время

Развиваем чувство времени. Когда дорога секунда. Секундам - счет, игре - зачет. По своему «секундомеру». Занимательная арифметика. Времечко.

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Узнаем свои возможности

Развиваем глазомер и остроту зрения. Игры «Наши глаза», «Как далеко мы видим».

Развиваем мелкую моторику. Игра «Знаете ли вы свои пять пальцев».

Развиваем воображение и фантазию. Игра «На крыльях воображения».

Развиваем фонематический слух игра «Богат мир звуков».

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Игры на быстроту реакции

Развиваем быстроту реакции Игры «Не мешай, когда дело ясно», «Будь на чеку и действуй мгновенно», «Не промахнись», «Стоп! Быстро найди»

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Игры-шутки

Узнай песню. Веселые художники. Самый аккуратный. Только на одну букву. Художники – «виртуозы».

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Игры с прыжками

Тренируем прыжки на двух и одной ноге. Игры: «Болото», «Котлы», «Классы».

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Уроки здоровья

Вспомним, что такое здоровье

Что нужно знать и уметь, чтобы быть здоровым. Что такое здоровье и от чего оно зависит.

Формы организации: викторина

Виды деятельности: познавательная

Питание и жизнь

Зачем мы едим. Кто и что употребляет в пищу. Значение питания для человека. Болезни и неправильное питание. Разнообразие в питании. Что такое рацион. Основные правила здорового питания. Твое здоровье определяется тем, что ты ешь, или Рациональное питание. Гигиена продуктов питания. Свежие и несвежие продукты. Консерванты и здоровье. Ядовитые ягоды и грибы. Пищевые отравления, их признаки и первая помощь в экстренных ситуациях.

Формы организации: беседа, дидактическая игра, практикум

Виды деятельности: познавательная, игровая, практическая

Движение и жизнь

Что дает нам возможность двигаться (мышцы, кости, суставы, нервы, мозг). Что нужно двигательной системе для нормальной работы. Как в организме образуется энергия. Мышцы и тренировка. Утренняя зарядка и другие виды физической активности. Подвижные игры, физкультура, спорт. Физическая работа дома, в саду, на пришкольном участке. Почему это важно. Физическая активность. Здоровый образ жизни – залог долголетия. Заболевания двигательной системы, как их избежать. Травмы, переломы, мышечные растяжения. Как оказать первую помощь.

Формы организации: беседа, физкультурное занятие, практикум

Виды деятельности: познавательная, практическая

Развитие и жизнь

Непрерывность жизни. Рождение. Что значит расти и развиваться. Что необходимо маленькому ребенку, чтобы вырасти здоровым. Резервы нашего организма. Как чувствовать себя комфортно самому с собой, с родителями, друзьями, учителями, с

другими людьми. Как правильно разговаривать. Задаем вопросы и отвечаем на них. Какие бывают люди и чего от них ждать. Как научиться жить среди людей.

Формы организации: беседа, психологические игры

Виды деятельности: познавательная, проблемно-ценностное общение, игровая

Хотим быть здоровыми — действуем

Какие знания о здоровье ты считаешь наиболее важными. Как помочь другим задуматься о своем здоровье.

Формы организации: исследовательская лаборатория

Виды деятельности: исследовательская, практическая

Правила дорожного движения

Дорожные знаки

Стой, внимание, иди! Мы идем через дорогу. Игра «Законы улиц и дорог».

Формы организации: ситуационная игра, беседа

Виды деятельности: игровая, познавательная

Дорожная разметка

Перекресток. Регулируемый перекрёсток. Как правильно себя вести на перекрёстке.

Формы организации: ролевая игра

Виды деятельности: игровая

Безопасность и защита человека в ЧС

Безопасность в быту

Город, как среда обитания. Взаимоотношения людей, проживающих в городе.

Формы организации: беседа

Виды деятельности: познавательная

Безопасность на улице

Пешеход. Пассажир. Правила грамотного пешехода. Правила грамотного пассажира.

Формы организации: экскурсия, ролевая игра

Виды деятельности: познавательная, игровая

Безопасность в общественном месте

Безопасность в кинотеатре. Как найти выход в случае опасных ситуаций, как правильно продвигаться к выходу при пожаре, задымлении и др. Меры безопасности на автобусной остановке.

Формы организации: экскурсия, ролевая игра

Виды деятельности: познавательная, игровая

Пожарная безопасность

Пожары в жилых зданиях. Профилактика пожаров: не играть с огнём, правильное пользование электроприборами и др.

Формы организации: кинозал

Виды деятельности: познавательная

Безопасность на природе

Погодные условия и безопасность человека.

Формы организации: беседа

Виды деятельности: познавательная

3-ий год реализации

Русские народные подвижные игры

Игры с творческим ролевым сюжетом

Развитие творчества, ролевого поведения. Игры «Кругосветное путешествие», «Гимнасты на линии», «Регулировщик и водители», «Автоинспектор и водители», «Истребители-перехватчики», «Минеры».

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Игры, тренирующие наблюдательность

Развиваем наблюдательность и внимание. Игры «Заметь нужное», «Наблюдай за своими движениями», «Учись замечать главное», «В лесу особенно нужна наблюдательность».

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Соревнования - поединки

Формирование правильной модели поведения при соревнованиях. Игры «Кому достанется кегля», «Шесть городков», «Петушиный бой», «Поединок на ракетках», «Мотальщики», «Не теряй равновесия».

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Командные игры

Развиваем умение действовать в команде, договариваться, согласовывать действия. Игры «Сбей мяч», «Перестрелка», «Гонка мячей по кругу», «Точный удар», «Успей взять кеглю».

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Уроки здоровья

Еще раз о здоровье

От чего зависит твое здоровье. В чем ты можешь помочь себе и другим сам. Когда надо звать на помощь взрослых. Когда нужно обращаться к врачу.

Формы организации: беседа, инсценирование

Виды деятельности: проблемно-ценностное общение, игровая

Непрерывность жизни

Рождение, жизнь и смерть. Сколько живет человек. Как продлить молодость. Мужчины и женщины, мальчики и девочки: внешние и внутренние различия между ними. Как нужно относиться друг к другу. Дружба, любовь, семья. Ты и твоя семья, настоящая и будущая. Твое отношение к членам семьи: любовь, уважение, доброта, взаимопомощь.

Формы организации: беседа, творческая мастерская, выставка

Виды деятельности: познавательная, художественно-творческая

Здоровье и общество

Что такое общество? Почему люди живут вместе. Твое окружение: семья, друзья, школа, улица. Доброе и злое среди людей. Как возникают конфликты и как их разрешать. Что такое обида. Что делать, если ты кого-то обидел. Как относиться к обидам, неприятностям, горю, наказанию. Страх и тревога. Как уметь снять напряжение, избавиться от страха.

Что такое самовоспитание. Как правильно принять решение, как предвидеть последствия своих поступков. Ты и взрослые. Всегда ли нужно подражать взрослым. Дурные привычки. Опасности взрослого мира: курение, алкоголь, наркотики, насилие. Как они могут навредить твоему организму, изменить твою личность, общение с друзьями, родителями. Как это может сказаться на твоём будущем.

Формы организации: проектная мастерская

Виды деятельности: проектная

Хотим быть здоровыми — действуем

Что ты ценишь в жизни больше всего. Умеешь ли ты владеть своими эмоциями, мыслями и поступками. Почему это важно? Если умеешь, то посоветуй и помоги своим родным, друзьям, просто знакомым.

Формы организации: беседа, психологическая игра

Виды деятельности: познавательная, игровая

Правила дорожного движения

Дорожные знаки

Регулирование дорожного движения. Пешеходный светофор. Игра «В стране СВЕТОФОРΙΑ»

Формы организации: ролевая игра, экскурсия

Виды деятельности: игровая, познавательная

Безопасность и защита человека в чрезвычайной ситуации

Человек, среда его обитания

Опасные ситуации в городе и пути выхода из этих ситуаций.

Формы организации: беседа

Виды деятельности: познавательная

Личная безопасность на улице

Безопасное поведение в транспорте. Безопасность велосипедиста.

Формы организации: игровой практикум

Виды деятельности: игровая, практическая

Безопасное поведение в бытовых условиях

Безопасное обращение с электричеством. Меры безопасности при пользовании в доме водой.

Формы организации: беседа, творческая мастерская

Виды деятельности: познавательная, игровая, практическая

Пожарная безопасность

Правила личной безопасности при пожарах. Опасные игры. Сюжетно –ролевая игра «Юные пожарники».

Формы организации: эвристическая беседа, сюжетно-ролевая игра

Виды деятельности: познавательная, игровая

Обеспечение личной безопасности дома

Правила безопасного поведения дома: не открывай дверь незнакомым, не подходи к открытым окнам, не включай электроприборы без разрешения взрослых и др. Опасные ситуации в доме.

Формы организации: кинозал, беседа

Виды деятельности: познавательная

4-ый год реализации

Русские народные подвижные игры

Спортивные развлечения и забавы

Поднимаем настроение детей, развиваем положительные эмоции. Игры «Бег с шариком», «Бой на бревне», «Футбол вслепую», «Поймай мяч».

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Прыгалки – скакалки

Развиваем ловкость, выносливость. Игры: «Эстафеты со скакалками», «Чемпионы скакалок», «Упражнения с короткой скакалкой», «Дружно вместе каждый шаг».

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Групповые игры

Развиваем умение действовать сообща. Игры «Поймай и попади», «Найди себе пару», «Пионербол».

Формы организации: игра

Виды деятельности: игровая

Уроки здоровья

Познай себя

Твои жизненные ценности. Ты и твоё здоровье. От чего зависит твоё здоровье. Что ты можешь сделать сам для своего здоровья.

Формы организации: клуб знатоков

Виды деятельности: познавательная

Правила общения

Почему важно общаться с другими людьми. Общение и здоровье. Знакомые и незнакомые люди, правила общения. Нужно ли соблюдать осторожность при общении и в каких ситуациях.

Формы организации: беседа, ситуационная игра

Виды деятельности: проблемно-ценностное общение, игровая

Общение и конфликты

Что такое конфликты? Почему возникают конфликты между людьми. Кто может стать участником конфликта? Как найти пути решения конфликтной ситуации. Посредничество. Как научиться прощать.

Формы организации: психологическая игра, беседа

Виды деятельности: игровая, познавательная

Правила дорожного движения

Дорожное движение, безопасность дорожного движения

История дорожных знаков. Наши друзья - дорожные знаки. Что нам могут подсказать дорожные знаки. Дорожная разметка.

Формы организации: дидактическая игра, конкурс знатоков

Виды деятельности: игровая, познавательная

Безопасность и защита человека в ЧС

Опасные ситуации природного характера

Погодные условия и безопасность человека. Гроза, гололед, правила поведения

Формы организации: беседа

Виды деятельности: познавательная

Безопасное поведение в бытовых условиях

Безопасность и компьютер. Правила использования компьютера. Безопасное поведение с бытовым газом.

Формы организации: беседа, практикум

Виды деятельности: познавательная, практическая

Пожарная безопасность

Опасные игры с огнем.

Формы организации: беседа

Виды деятельности: познавательная

Человек, среда его обитания

Опасные ситуации в городе, пути выхода из этих ситуаций.

Формы организации: проблемная беседа

Виды деятельности: познавательная

3. Тематическое планирование

№ п/п	Наименование тем	Год реализации / количество часов				Всего часов
		1-ый год	2-ой год	3-ий год	4-ый год	
1	Русские народные подвижные игры	9	10	9	11	39
2	Уроки здоровья	16	17	17	14	64
3	Правила дорожного движения	3	3	3	3	12
4	Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях	5	4	5	6	20
Итого		33	34	34	34	135